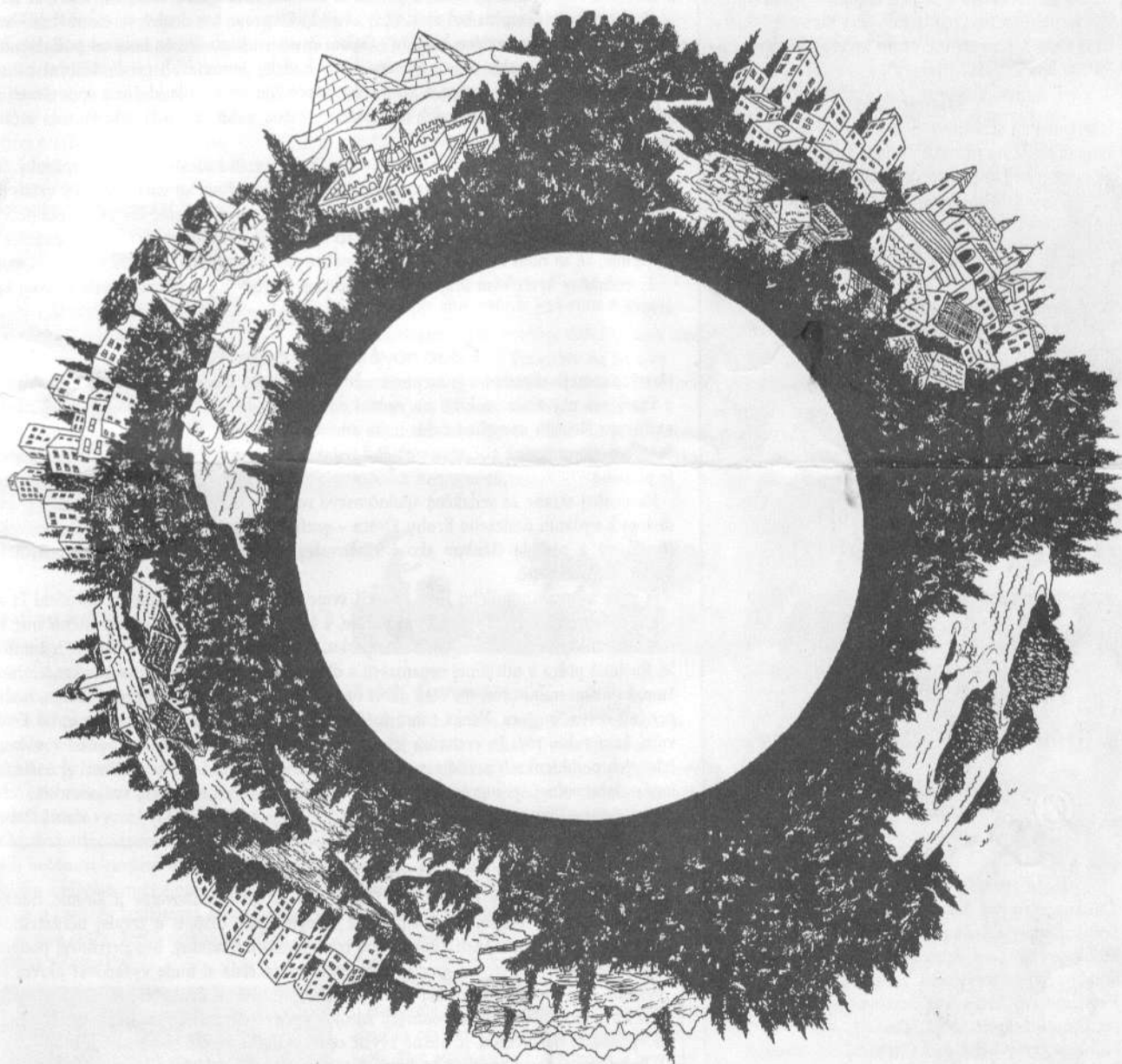


# KRUH ŽIVOTA

číslo 10 – jar 2002

časopis pre slobodný život v súlade s prírodou

cena 25 Sk



Iný svet je možný • Preč z monokultúry • Viera v budúcnosť • Život v prírode  
Človek na cestách • Pútnictvo, tuláctvo, travellerstvo • Cestovanie bez peňazí • Cesty snami  
Ekodovolenka • Domček zo slamy • Život v tipi  
Prírodná strava • Biozáhrada



# KRUH ŽIVOTA

Časopis pre slobodný život v súlade s prírodou

Vychádza občasne, minimálne 2 x za rok.

**Redakčný kruh:** Matúš Ritomský, Robo Jankovich, Robert Zelník, Ondro Vegh, Martin Valentovič

**Ilustrácie:** Katarína Beničková

**Sadza, grafika:** Robert Zelník

## Predplatné

Kruh života si môžete predplatiť formou čitateľského konta. Poštovou poukážkou typu C pošlete peniaze na adresu redakcie a my Vám budeme posilať nové čísla Kruhu života, až do vyčerpania peňazí na Vašom konte.

## Distribúcia

Hľadáme ľudí ochotných distribuovať Kruh života vo svojom okolí, na rôznych akciách a podobne. Taktiež, ak viete o kníhkupectve, čajovni či inej predajni, kde by sa mohol Kruh života predávať, ozvite sa nám. Podrobnosti dohodneme individuálne.

## Príspevky

Veľmi nás potešia vaše príspevky, názory, myšlienky, listy. Radi by sme informovali o všetkých zaujímavých akciách a aktivitách, či už prebehli, alebo sa pripravujú. Píšte na adresu redakcie.

## Staršie čísla

Ak máte záujem o staršie čísla časopisu, ozvite sa nám, môžeme Vám ich poskytnúť podľa aktuálneho stavu zásob za zníženú cenu.

## Adresa redakcie:

Kruh života, Ušákova 2, 841 01 Bratislava  
mail: kruhzivota@hotmail.com  
http://kruh.vsieti.sk

## Kontakt pre distribúciu v ČR:

Zelená distribúcia, P. O. Box 22  
544 01 Dvůr Králové n. Labem, ČR  
(+42) 0608 - 378 478  
mail: zelena.distribuce@quick.cz

Na recyklovaný papier vytlačila tlačiareň Komprint.



ANTICOPYRIGHT !!!

Každé kopírovanie, preberanie a šírenie je vítané!

## Kde môžete kúpiť Kruh Života

Kníhkupectvo Art Fórum, BA  
Kníhkupectvo Ariadna, Bratislava  
Kníhkupectvo Lars, Bratislava  
Kníhkupectvo Čierny orol, Trnava  
Kníhkupectvo ArtFórum, Bottova ul., Žilina  
predajňa Blackpitt Shop, Žilina  
Kníhkupectvo Christiania, Poprad  
Kníhkupectvo Mandala, Prešov  
Kníhkupectvo Radosť, Bardejov  
Kníhkupectvo Fortberia, B. Bystrica  
Čajovňa Impulz klub Alba, Bratislava - Dúbravka  
Antikvariát, Spišská Nová Ves  
Čajovňa v podzemí, Bratislava  
Čajovňa Biela Lalia, Bratislava  
Predajňa PhytoMedia, Bratislava  
...a u nezávislých šíritelov.

## Desiate číslo Kruhu života

V rozhovore, ktorý nájdete v tomto čísle, hovorí vedec Ervin Laszlo o dvoch významných sektoroch prinášajúcich pozitívne zmeny do súčasnej spoločnosti - jedným je sektor mimovládnych organizácií, druhým je neformálny sektor, ktorý podľa jeho slov zahŕňa „pestré spektrum ľudí - od tých, ktorí sú pomerne blízko hlavným prúdom v spoločnosti, ale chcú v nej žiť odlišným spôsobom, podľa vlastných predstáv, až po tých, ktorí úplne odmietli etablovanú spoločnosť a ktorí žijú v ekologických, spirituálnych či sociálne orientovaných komunitách, snažia sa o sebestačnosť, alebo iba jednoducho chcú mať s touto spoločnosťou čo najmenej väzieb.“

Prvý - oficiálny - sektor mimovládnych organizácií na Slovensku v neľahkých podmienkach odvádzá veľmi hodnotnú prácu v presadzovaní ľudských práv, pri ochrane životného prostredia či v rôznych oblastiach rozvoja občianskej spoločnosti. O jeho najzaujímavejších aktivitách, ktoré si zaslúžia našu pomoc sa budeme snažiť informovať aj v Kruhu života.

Duchu tohoto časopisu bol však vždy akosi bližší práve ten druhý - neformálny - sektor, nazývaný tiež „alternatívna kultúra“. Cieľom časopisu Kruh života bolo od počiatku hľadanie možných alternatív a radi by sme sa aj naďalej zameriavali predovšetkým na spoločenský pohyb, aktivitu, prácu a myšlienky, ktoré žijú vďaka sile ideálu a spontánnej energii obyčajných ľudí, odhodlaných ísť vlastnou cestou, robiť veci inak, ako to robí väčšinová spoločnosť.

Týmto spôsobom funguje aj Kruh života. Veríme v silu ideálu, hľadáme spôsoby života odlišné od tých, ktoré ponúka masová spoločnosť, snažíme sa zachovať náš vzťah s prírodným svetom okolo nás a slobodne v ňom žiť. Časopis vydávame iba vďaka podpore obyčajných ľudí - čitateľov a dobrovoľnej práci redakčného kruhu.

Veríme, že sa nám to bude s Vašou pomocou dariť aj naďalej.

Za redakčný kruh Vám prajem veľa radosti a inšpirácie pri čítaní desiateho čísla Kruhu života.

## Čo je nové v redakčnom Kruhu

Najvýznamnejšou zmenou je zrejme to, že Ondro Vegh, ktorý stál pri vzniku Kruhu života a ktorý má najväčšiu zásluhu na vydaní doterajších deviatich čísel, sa rozhodol nasmerovať svoju životnú energiu trochu iným smerom a akosi sa vymaniť z centra diania okolo časopisu. Ostáva však súčasťou voľného redakčného kruhu a v mnohom Kruhu života stále pomáha.

Na druhej strane sa redakčné spoločenstvo rozšírilo o ďalších ľudí, ktorí prispeli svojim dielom k vydaniu desiateho Kruhu života - grafiky sa ujal Robo Zelník, ilustrovania Katka Beničková a písania článkov ako i všakovakej inej pomoci Robo Jankovich-Richtársky a Martin Valentovič.

Ja som koncom minulého roku skončil svoje pôsobenie v občianskom združení Ži a nechaj žiť, kde sme odvedli kus dobrej práce, z ktorej mám radosť - okrem iného sme vydali 4 čísla časopisu ŽANŽ, Vegánsku kuchárku, o ktorých nájdete informácie aj v tomto čísle. Rutinná práca v oficiálnej organizácii a dlhé hodiny strávené v útrobách kancelárií pred žmurkajúcimi monitorami mi však akosi časom prestali vyhovovať a preto som sa rozhodol pre inú cestu životom. Vďaka tomu mám však okrem iného opäť viac času aj na Kruh života. Som veľmi rád, že vychádza jeho desiate číslo a verím, že sa mu podarí v súčasných trhových podmienkach prežiť aspoň ďalších desať čísel. A snáď sa to pošťastí aj našim ideálom o dobrovoľnej spolupráci, rešpekte k všetkému živému a ľudskej vzájomnosti.

Matúš Ritomský

## Podporte Kruh života

Ľuďom, ktorí pre Vás robia tento časopis ide o sprostredkovanie a šírenie článkov a poznatkov, nie o komerčnú úspešnosť časopisu. Ani časopis o trvalej udržateľnosti však nie je v podmienkach súperiaceho trhu trvalo udržateľný, bez netrhovej podpory vydavateľov, priaznivcov a darcov. Vytlačenie tohto čísla si bude vyžadovať okrem obvyklého objemu dobrovoľníckej práce pri jeho príprave aj doplnenie asi tretiny výdavkov na samotnú tlač zo súkromných zdrojov vydavateľov a ľudí im blízkych. Aby mohli vychádzať ďalšie čísla, je nutné zvýšiť cenu výtlačku na 25 slovenských korún.

Ďakujeme za pochopenie a podporu časopisu. Na jeho ďalšej existencii sa môžete spolupodieľať podľa svojich možností príspevkom, predplatným, darom alebo pomocou pri nájdení ďalších čitateľov a predajcov (čajovní a kníhkupectiev).

Spolu s kruhom si môžete, iba za poštovné, objednať zaslanie Prírodného mesačného kalendáru (A2), vydaného pre ľudí so záujmom o prirodzené vzťahy medzi ľuďmi a prírodnými cyklami, občianskym združením PRIESTOR.

Občianske združenie Priestor umožnilo Kruhu života aj využívanie svojho účtu, na ktorý nám môžete zaslať finančné príspevky. Číslo účtu: 2623520220 / 1100





## V čísle nájdete:



### Viera v budúcnosť ..... 4

„Zdá sa, že je tu viac ľudí, ako by človek predpokladal, ktorí sú pripravení na vykonanie potrebných zmien. To čo je najpotrebnejšie, je komunikácia medzi týmito ľuďmi. Mnohí z nich hovoria, že ich je málo, ale to nie je pravda. Spájanie týchto ľudí, hľadanie spoločnej platformy, nadväzovanie komunikácie, to sú veľmi dôležité aktivity.“

### Od konzumnej k asketickej kultúre ..... 5

„Ako asketickú možno označiť takú kultúru, ktorá sa zo zásady zrieka ekonomických statkov pre ňu dosiahnuteľných. Naša kultúra však nielenže nie je asketická, ale je vedome antiasketická.“



### Alternatívna kultúra ..... 6

„Spoločnosť šíriaca monokultúru nás desí. Desí nás preto, že denne nenávratne vyhubí desiatky neopakovateľných živočíšnych a rastlinných druhov. Desí nás preto, že na celom svete buduje rovnaké reštaurácie, rovnaké hotely, rovnaké cesty, rovnaké mestá, rovnaké továrne. Desí nás, že nech sa pohneme kamkoľvek, svet vyzerá stále uniformnejšie. Desí nás, že pestré stvorenie prírody ustupuje mŕtvym betónovo-ocelovo-asfaltovo-silikónovo-plastickým neživým monolitom. Desí nás, keď počujeme o tom, že konzumná monokultúra je jediná možná cesta. Preto vkladáme nádej do vytvárania alternatív.“



### Tomášov slamený domček ..... 8

„Ak znovu objavíme schopnosť rešpektovať seba samých, bytosti okolo nás a matku Zem

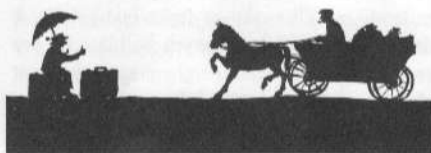
a jej zákony, umelá ekológia stratí význam. Schopnosť starať sa je v nás, rovnako ako schopnosť dýchať, chodiť či behať. Musíme sa však k nej dopracovať, tak ako sa malé dieťa učí chodiť. Dozrievame.“

### Iný svet je možný – žije v srdciach ľudí na celom svete ..... 9

„Dokážem si predstaviť globálnu ľudskú komunitu, kde neexistuje žiadne súkromné vlastníctvo, žiadna potreba pre peniaze, žiadny rasizmus alebo sexizmus, žiadna honba za ziskom a vykorisťovanie pracujúcich ľudí, žiadne boje medzi rôznymi interpretáciami duchovnosti a žiadna nevraživosť k ostatným. Ak si to dokážem predstaviť, dokážem to tvoriť. Proces tvorenia je najkrajším zárazkom ľudskosti. Naša schopnosť realizovať naše sny je základom pre každú revolúciu. Ak túto schopnosť tvorenia využijeme s cieľom oslobodiť ľudského ducha a zabezpečiť spravodlivosť pre každého, iný svet bude možný.“

### Vegánstvo ako cesta k lepšiemu svetu ..... 11

„V dnešnom svete je veľmi dôležité mať ideál, ktorý je dostatočne vznešený na to, aby naplnil potrebu ľudského ducha a dostatočne reálny, aby ho bolo možné nasledovať v každodennom živote. Pre mňa je takým ideálom vegánstvo a najmä etické pohnútky, ktoré k nemu vedú.“



### Radosť z cestovania ..... 12

„Vydať sa na cestu v minulosti znamenalo vkročiť do novej etapy života. Dnes sme cestovanie dokázali vtesnať do dvojtyždňových pobytov počas dovolenky. A ako mnoho iných vecí, dokázali sme aj cestovanie obrátiť proti prírode, životu na Zemi a často aj proti nám samým. Turizmus a cestovanie dnes patria k ľudským činnostiam, ktoré významnou mierou prispievajú k deštrukcii ekosystémov našej planéty.“

### Cestovanie bez peňazí ..... 14

„Cestovanie na vlastnú päsť je poriadna lekcija. Naučilo ma byť samostatnou, spoliehať sa na seba. Tiež ma naučilo trpezlivosti – nesnažiť sa robiť veci nasilu alebo príliš rýchlo, nechať skôr nech sa všetko vyvíja samo, prispôbiť sa okolnostiam. No a som rada, že som dokázala to, čomu mnoho ľudí neverí – že nepotrebujete veľa peňazí na to, aby ste spoznali svet.“

### Pútnici s ľahkým srdcom ..... 15

„Čo je na putovaní najopojnejšie? Sloboda! Uchvacujúci prúd slobody, od sladkého ranného nadvychnutia až po večerné zaspávanie. Cesta Ti dá slobodu!“

### Pri každom kroku sa zdvihne vánok ..... 16

„Cesta, ktorú človek prechádza pešo, mu umožňuje spamätať sa, stať sa človekom a zostať človekom.“

### Kam za ekologickou dovolenkou? ..... 18

„Ak chceme stráviť dovolenku skutočne ekologicky, mohli by sme sa sami seba opýtať, čo vlastne chceme na dovolenke robiť. Možno zistíme, že mnohé z toho, čo by sme robili na opačnej strane zemegule, môžeme uskutočniť aj pár desiatok kilometrov od nášho domova.“

### Cesty snami ..... 19

„Uvedomujúc si sám seba počas spánku, môže človek meniť a upravovať svoje sny, môže navštevovať reality a cestovať do iných „svetov“ ako sa mu zachce.“



### Život v tipi ..... 20

„Život v prírodnej krajine pomáha obnovovať rovnováhu a umožňuje zároveň uchovať to dobré, čo priniesla naša kultúra. Podľa mojich skúseností je život v tipi najlepším spôsobom, ako žiť v prírodnej krajine.“



### Rozprávanie s Ajšom ..... 22

„Ono záleží na tom, čo ľudia chcú – vizuálne bezchybné ovocie a zeleninu, ktorá vyžaduje striekanie, alebo sa naučia, že nablýskané, dokonalo vyzerajúce jablko na pulte v supermarkete nemusí byť aj najchutnejšie a najzdravšie.“

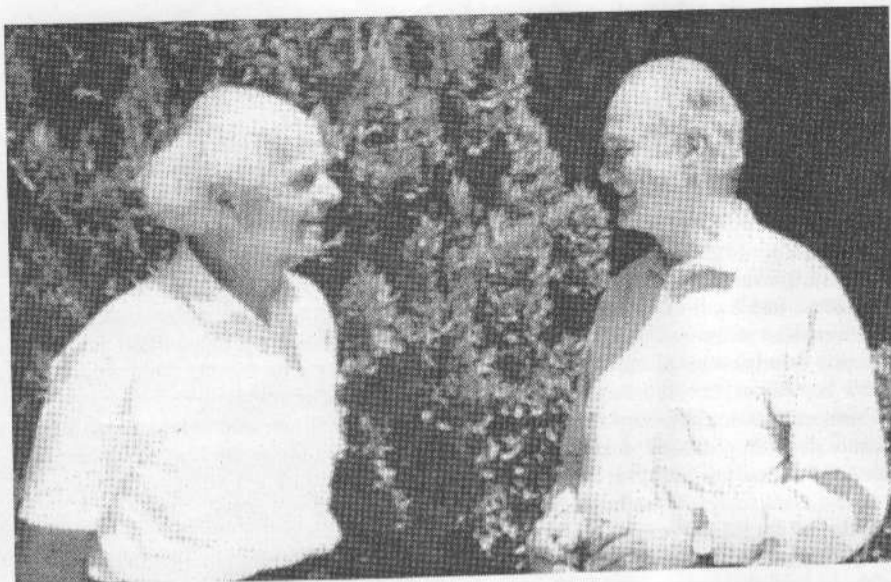
### Desatoro ekologického záhradkára ..... 24

„Vychádzame z presvedčenia, že sme súčasťou prírody a sme iba dočasnými hosťami na Zemi, a preto je potrebné správať sa na nej ako na návšteve.“

### Prírodná strava ..... 26

„Pokiaľ sa ľudia nestanú prírodnými, nebude ani prírodné poľnohospodárstvo, ani prírodná strava.“

### Informácie ..... 27



*Ervin Laszlo, vedec a filozof žijúci v Taliansku hovorí s novinárom Sergio Tripi o súčasných problémoch ľudstva, nádeji pre budúcnosť a potrebe prevziať zodpovednosť, nie len za vlastný život, ale aj za život ostatných ľudí, prírodu, celú Zem a budúce generácie.*

## Viera v budúcnosť

**Sergio Tripi:** Zdá sa, že dnešný svet je konfrontovaný s množstvom nebezpečenstiev. Ktoré nebezpečenstvá sú podľa Vášho názoru najakútnejšie v tejto dobe?

**Ervin Laszlo:** Môžem ich zhrnúť pod pojmom trvalá udržateľnosť, ktorá v skutočnosti nie je iba ekologický problém, ale tiež problém sociálny, ekonomický a tým aj politický.

Kľúčovým faktorom je pochopiť fakt, že svet, ktorý vytvárame nie je trvalo udržateľný. Preto sa musíme zmeniť. Neudržateľnosť má jednak ekologické rozmery v zmysle narušovania základných systémov udržiavajúcich život, ale tiež socio-ekonomické dimenzie v zmysle marginalizovania, odsúvania na okraj, stále vyššieho percenta členov ľudskej komunity. Štvrtina ľudskej populácie žije pod hranicou minimálneho životného štandardu určeného príjmom jedného doláru na deň. Konzumné návyky, manažment, politické správanie, toto všetko funguje v rozvinutých krajinách spôsobom, ktorý nezohľadňuje fakt, že na svete žije šesť miliárd ľudí.

**ST:** Táto situácia je spôsobená základnými ľudskými postojmi ako sebeckosť, agresivita a z toho vyplývajúce vykorisťovanie. Ako sa tieto postoje môžu zmeniť?

**EL:** Ľudia sa musia resocializovať, prispôbiť svoje správanie faktu, že žijeme v nových globálnych podmienkach. Dnes sme socializovaní v regionálnych komunitách, väčšinou v národných štátoch. Ľudská spoločnosť, aj napriek inštitúciám ako OSN, je stále silne orientovaná na myslenie v rámci takzvané nezávislých, suverénnych štátov, ktoré však nedokážu riešiť problémy globálneho charakteru.

Dosiahnuť trvalo udržateľný svet môžeme iba ak ľudia, politika a spoločnosť prijmú zodpovednosť za celú globálnu komunitu. Znamená to, že ľudia musia prijať množstvo rôznorodých vzťahov vzájomnosti a solidarity aj mimo vlastnej rodiny, uzavretej komunity, národa a štátu.

Tieto vzťahy spolupatričnosti a solidarity sa musia presunúť na celé kultúrne regióny, na medzinárodnú úroveň a v konečnom dôsledku aj do globálneho rozmeru.

Tak dlho, pokiaľ sa ľudia nebudú cítiť členmi ľudskej komunity, ktorá sa na tejto planéte vyvíja ako integrovaný celok, tvorený nie len všetkými ľuďmi, ale aj prírodným svetom a biosférou, tak dlho, ako sa ľudia budú cítiť oddelení od ostatných, od iných kultúr a od prírody, budú sa správať sebecky a spotrebúvať obmedzené zdroje bez ohľadu na iných. Bohatí budú konzumovať príliš mnoho a príliš rýchlo, bez rešpektu k potrebám a možnostiam chudobných. Nevyhnutným dôsledkom bude, že chudobní ľudia budú drancovať životné prostredie v snahe o zabezpečenie svojho živobytia, čo spätne postihne aj bohatých.

**ST:** Hovoríme o naliehavých problémoch, ktoré vyžadujú riešenia založené na nových postojoch, nových hodnotách. Máme čas prijať tieto nové hodnoty, a v prípade, že áno, čím je potrebné začať najskôr?

**EL:** Bojujeme s časom. Ako povedal H. G. Wells na začiatku storočia: o budúcnosti budú rozhodovať preteky medzi vzdelávaním a katastrofou. Môžeme povedať, že naša budúcnosť na začiatku 21. storočia sa rozhodne podľa toho, či dokážeme dostatočne rýchlo rozvinúť nové globálne vedomie a svedomie. Dôležitú úlohu hrajú predovšetkým informácie a vzdelávanie. Termín „informácie“ je ale veľmi všeobecný, pretože neide iba o to, mať informácie, ale o to, mať relevantné informácie, informácie, ktoré pomôžu ľuďom zorientovať sa v tomto svete. Nestačia na to informácie o rôznych senzáciách, katastrofách, rokovaníach politických lídrov, alebo nových vojnách. Všetko toto má svoje miesto v mediálnej záplave, ale chyba v nej pochopenie základných trendov, základných procesov, ktoré menia náš svet, naše osudy, našu budúcnosť.

Druhou oblasťou je vzdelávanie, ktoré formuje mladých ľudí, teda tých, ktorí budú v najbližších dvadsiatich rokoch vytvárať podobu ľudského spoločenstva. Bez ich pochopenia, bez rozvíjania ich vedomia, nemáme žiadnu budúcnosť. Je tu veľká nádej, pretože ľudstvo vždy vytváralo hodnoty, ktoré potrebovalo pre svoje prežitie. Na druhej strane s dnešnou situáciou nemôžeme byť spokojní. Naš hodnotový systém, náš pohľad na svet, spôsob akým hodnotíme samých seba, prírodu a ostatné kultúry, toto všetko nezodpovedá súčasnej situácii. Je to prekonané, zastaralé. Potrebuje taký druh vedomia a hodnôt, ktorý umožní všetkým ľuďom prežiť v dnešnom svete a mladí ľudia by mali chápať zásadné trendy, príčiny prečo je dnešný svet neudržateľný a čo je potrebné pre jeho udržateľnosť urobiť.

**ST:** Informácie a vzdelanie sú dve dôležité oblasti, ktoré musia byť zosúladené s novými udržateľnými trendmi. Média sa však zameriavajú radšej na kvantitu, ako na kvalitu. Snažia sa o čo najväčší odbyt, o čo najväčšiu čítanosť. Je možnosť v tejto situácii niečo zmeniť?

**EL:** Problémom médií je to, že podceňujú vývoj v myslení verejnosti. Mnohé ustrnuli v starom kontexte a hodnotách, ktoré dominovali v minulosti. Neuvedomujú si, že mnoho ľudí: mladí ľudia, intelektuáli, citliví ľudia všetkých druhov, sú presýtení tým čo média prinášajú a hľadajú informácie iného druhu. Viac ľudí sa zaujíma o pochopenie vývoja ľudstva, pochopenie toho, čo prinesie budúcnosť. V médiách však zatiaľ prevažujú senzácie a články bez potrebnej hĺbky. To, že sa média snažia o čo najväčšiu čítanosť môže byť v konečnom dôsledku impulzom pre pozitívne zmeny, pretože musia nutne reagovať na zmenu myslenia časti čitateľov.

**ST:** Faktom, ktorý môže mnohé ovplyvniť je existencia miliónoch ľudí, ktorí sa venujú nejakému druhu dobrovoľnej práce a pomoci. Ako





sa pozeráte na tieto známky nádeje pre budúcnosť?

EL: V spoločnosti sú dva sektory, ktoré sú veľmi dôležité a reprezentujú jadro pozitívnych zmien. Jedným je dobrovoľný sektor, ktorý má zväčša podobu mimovládnych organizácií, národných či medzinárodných. Tieto organizácie sa snažia robiť veci zmysluplnejšie, ako to robia etablované vládne inštitúcie. Počet mimovládnych organizácií v posledných rokoch exponenciálne rastie. Toto je veľmi nádejný a dôležitý sektor.

Druhým je neformálny sektor, ktorý sa niekedy nazýva „alternatívna kultúra“. Ten zahŕňa pestré spektrum ľudí – od tých, ktorí sú pomerne blízko hlavným prúdum v spoločnosti, ale chcú v nich žiť odlišným spôsobom, podľa vlastných predstáv, až po tých, ktorí úplne odmietli etablovanú spoločnosť a ktorí žijú v ekologických, spirituálnych či sociálne orientovaných komunitách, snažia sa o sebestačnosť, alebo iba jednoducho chcú mať s touto spoločnosťou čo najmenej väzieb. Je to teda veľmi rôznorodá skupina ľudí. Mnoho mladých ľudí sa v tomto neformálnom sektore snaží poctivo meniť svoj vlastný spôsob života, svoje hodnoty a politické správanie.

ST: Myslíte, že je viac dôvodov pre nádej ako pre zúfalstvo?

EL: Tieto dva pocity sú spojené. Čím viac sa situácia stáva kritickou, tým viac ľudia prehodnocujú svoje správanie a hodnoty a rozvíjajú nový druh vedomia. Nádej na zásadnú zmenu, ktorá by sa udiala v krátkom čase je malá. Vidíme však určité trendy, ale aj pozitívny vývoj, ako tomu bolo v rokoch 1989 a 1990 v krajinách Východnej Európy, kedy akoby „zo dňa na deň“ zmizlo to, čomu sme donedávna hovorili „druhý svet“. Najmä mladí ľudia hľadajú nové spôsoby života a sú pripravení prijať za ne plnú zodpovednosť. Zúfalstvo zo súčasnej situácie je pre mnohých ľudí podnetom pre hľadanie nádeje a umožňuje im prijať potrebné zmeny.

ST: Môžete spomenúť konkrétne prejavy týchto pozitívnych trendov?

EL: Sú nimi milióny ľudí, ktorí patria k tomu, čo nazývame „integrálne kultúry“ – termín používaný na pomenovanie organizácií alebo skupín ľudí, ktorí prijímajú iný životný štýl a hodnoty, snažia sa žiť trvalo udržateľne, ohľaduplnejšie. Dobrovoľná skromnosť je ďalším pojmom používaným v týchto súvislostiach. Zdá sa, že je tu viac ľudí, ako by človek predpokladal, ktorí sú pripravení na vykonanie potrebných zmien. To

čo je najpotrebnejšie, je komunikácia medzi týmito ľuďmi. Mnohí z nich hovoria, že ich je málo, ale to nie je pravda. Spájanie týchto ľudí, hľadanie spoločnej platformy, nadväzovanie komunikácie, to sú veľmi dôležité aktivity.

ST: Keď to mám všetko zhrnúť, konečným posolstvom je: pracuj tvrdo, s nadšením a pozeraj do budúcnosti s nádejou. Povedal som to správne?

EL: Je to presne tak. S nádejou a zodpovednosťou. Znamená to nie len žiadať svoje práva, ale prijať zodpovednosť za druhých ľudí, prírodu a budúce generácie.

*Ervin Laszlo je vedec, filozof, pianista, autor viac ako 50 kníh, člen Rímskeho klubu, vedecký konzultant UNESCO a rektor viedenskej akadémie. V minulosti hosťoval a prednášal na viacerých univerzitách, okrem iného na univerzite v Yale, v Princetone a v New Yorku. V súčasnosti žije v Taliansku.*

*Sergio Tripi je autor a žurnalista, hovorca Univerzity mieru pri OSN. Založil neziskovú organizáciu Associazione Culturale Triangoli, ktorej cieľom je šírenie kultúry mieru.*

rozhovor vyšiel v časopise  
Living Lightly no. 13/2000, prekl. mr

## Od konzumnej k asketickej kultúre?

Ako asketickú možno označiť takú kultúru, ktorá sa zo zásady zrieka ekonomických statkov pre ňu dosiahnuteľných. Naša kultúra však nielenže nie je asketická, ale je vedome antiasketická. Po prvé je konzumná: uznáva a naplňa ekonomické potreby. Po druhé: je štrukturálne kapitalistická: vytvára potreby, aby sa rozšíril trh, aby sa následne mohla zvýšiť produkcia. V konečnom dôsledku je technokratická, a to aj tam, kde vystupovala v podobe plánovitého socialistického hospodárstva. Hodnota, ktorá sa v nej presadzuje je technický pokrok, a to aj vtedy, ak subjektívne úprimne stavia do popredia iné hodnoty, napr. individuálnu slobodu alebo sociálnu spravodlivosť. V zmysle tejto charakteristiky možno už dnes, pri všetkých odlišnostiach jestvujúcich kultúr, hovoriť o svetovej kultúre. Táto kultúra je nedokonalá, sebaohrozujúca, plná vnútorných protirečení. Otázkou je, či smeruje k fáze, v ktorej by mohla niektoré nebezpečenstvá a protirečenia asketickým postojom zvládnuť, resp. či by k tejto fáze mala smerovať.

Táto otázka, ktorú kritici našej kultúry poznajú už dávno, sa vďaka zjavným problémom posledných desaťročí stala veľmi populárnou. Populačný rast, dôsledok vedecko-technickej svetovej kultúry, hrozí pohltiť všetok ekonomický pokrok. Po spotrebovaní lacnej ropy budú kapitálové náklady na energetickú produkciu zrejme rásť tak rýchlo, že sa dlhodobá zdá pochybný nie len rast, ale aj zachovanie priemerného sociálneho produktu na obyvateľa. Je otázkou, či budeme môcť udržať v únosných medziach eko-

logické škody, vznikajúce rastom hospodárstva. V našej spoločnosti vzrastá množstvo psychických porúch, dovoľte mi, aby som pod týmito názvom uviedol ako príklady aj drogy a terorizmus. Technicky vysoko rozvinuté národné a medzinárodné systémy sú násilím prirodzene čoraz zraniteľnejšie, forma policajného štátu je čoraz lákavejšia. Zahranično-politický systém ešte neprekonal tisícročia trvajúcu inštitúciu vojny, ako svetový systém je stále tehotný vojnou.

Všetky opatrenia, o ktoré sa dnešný systém môže pokúšať, zostávajú, prirodzene, v zajatí systému. Principiálne sú to tie isté opatrenia, ktorými systém riešil svoje minulé krízy, čím dosiahol mohutný rast. Systém sa podobá bicyklu, ktorý je stabilný iba dovtedy, kým sa pohybuje. Niekoľko zjednodušených príkladov: ropné krízy prekonávame ropnými vrtmi, nedostatok energie odkrývaním nových energetických zdrojov, populačnému rastu a nezamestnanosti čelíme ďalším hospodárskym rastom, ekologickým škodám ekologickou technikou, násilnú kontrolu, vojne odstrašujúcim zbrojením, psychickým poruchám psychoanalýzou, pedagogikou nás a nakoniec políciou.

Vzniká otázka, či sa od nás všetkých nevyžaduje zásadné odmietnutie, radikálny obrat od konzumno-technickej kultúry ku kultúre asketickej. Dovoľte mi predstavu takehoto obratu upresniť uvedením piatich mien: prvé dve sú mená spontánnych ľudových hnutí, ostatné sú mená významných mysliteľov a politikov. Hnutie na ochranu životného prostredia stavia

proti umelému, technickému vytváraniu potrieb, ktoré vedie k narušaniu prírody, uvedomelú, pochopenú ochuť zrieť sa konzumu. Trochu fantastickým a radikálnym spôsobom sa pred rokmi proti moci priemyselnej kultúry postavilo pod symbolickým názvom „flower power“ hnutie hippies svojím odmietnutím účasti na produkcii, a pokiaľ to bolo možné, aj na konzume tejto kultúry. Ak možno tieto javy ešte vysvetľovať ako hnus blahobytnej spoločnosti zo seba samej a čeliť im potrebou industrializácie rozvojových krajín, tak bude veľmi poučná skutočnosť, že najvýznamnejší duchovní a politickí iniciátori asketickej kultúry vďaka za svoje rozhodujúce skúsenosti práve rozvojovým krajinám. Frittz Schumacher sa pýta, či máme exportovať všetky problémy priemyslu, najmä nezamestnanosť, vyvolávanú automatizáciou. Vlastná práca je pre neho hodnotou v súlade s heslom „small is beautiful“. Ivan Illich poznáva, že dvadsať percent ľudstva si vytvorilo civilizáciu, v ktorej sa auto, samo o sebe prepýcha, stáva životnou potrebou, kým zvyšných osemdesiat percent si nemôže dovoliť ani skutočne užitočný bicykel. Veľkým predstaviteľom asketického spôsobu života bol Gándhi s kolovratom. Jeho najdôležitejším cieľom nebolo národné oslobodenie Indie, ale skromná samostatnosť jej obyvateľov.

Každá z týchto iniciatív či postáv, pokiaľ som sa s nimi nejakto stretol, vyvolala vo mne spontánnu sympatiu, až obdiv, najhlbšie ma zasiahol Gándhi. Ani jedna ma však nedokázala presved-



# Alternatívna kultúra predstavuje inú možnosť



Kultúra – „spôsob života jednotlivých ľudí, vrátane ich zvykov, náboženstva, ideálov, objavov a používaných nástrojov“

(HBJ Dictionary, third edition)

Alternatívna kultúra je predovšetkým vyjadrením rozmanitosti a pestrosti života, ako aj názorným príkladom toho, akými rôznymi cestami možno žiť život, uspokojovať ľudské potreby, vytvárať spoločenstvo, pristupovať k okolitému svetu a rozvíjať duchovné hodnoty.

Ak chceme hovoriť o alternatívnom spôsobe života, je nevyhnutné pomenovať to, voči čomu predstavuje alternatívu, teda väčšinovú spoločnosť. Čo je charakteristické pre súčasnú väčšinovú spoločnosť? K čomu hľadáme alternatívu?

## Spoločnosť monokultúry

Bezpochyby to je monokultúra. Dnešná spoločnosť sa snaží v ľuďoch vzbudzovať pocit takmer nekonečných možností. Tento pocit je však často viac ilúziou, ako skutočnosťou. Obchody plné najrôznejšieho tovaru, ktorý všetok vyrába a dodáva zopár nadnárodných firiem. Množstvo inštitúcií, kancelárií a úradov, v každej tie isté počítače s programom jednej celosvetovej firmy. Množstvo firiem, množstvo značiek a zopár multimilionárov, ktorí to všetko vlastnia, alebo o ne dlho budú. Výber medzi Pepsi Colou a Coca Colou, medzi Chicken Chips a McDonaldom, medzi Mitsubishi a Mercedesom. Výber v politike – najrôznejšie politické strany, z ktorých ani jedna nezdieľa naše predstavy o svete. Výber v globálnom merítke – medzi americkou konzumnou spoločnosťou, ktorá zanedlho vyplieni pozemské zdroje alebo fanatickým a sebevražedným islamským fundamentalizmom. „Nekonečné množstvo možností, nekonečná sloboda výberu“ je reklamná fraška. Nech robíte čokoľvek podporíte Byznis. Nech sa usilujete o čokoľvek, váš hlas zanikne v súkoliach spoločnosti posadnutej ekonomickým rastom. Ak nestvoríte vlastnú alternatívu, monokultúra Vás pohltí.

## Oslava rozmanitosti

Neuspokojit sa so slobodou výberu, ktorú nám niekto ponúka na tácke a nechá si za ňu platiť. Odmietnuť verziu reality, ktorá nám nesedí a vytvoriť si svoju vlastnú. Vzdať sa ochrannej ruky, prevziať zodpovednosť. Nebáť sa vyhrnúť si rukávy a pustiť sa do práce – podľa vlastných predstáv. Alternatívna kultúra môže znamenať, že zatiaľ čo sa väčšina ľudí ženie do miest a obetuje všetko na oltár kariéry, niektorí z miest odchádzajú a hľadajú iné spôsoby života. Môže znamenať tiež, že zatiaľ čo z každej strany počúvame o potrebe rastu ekonomiky, niektorí uprednostňujú menej peňazí a skromnejší život. Alebo to, že zatiaľ čo väčšina sa nadvracia novými technickými vynálezmi, pre niektorých je stále najväčším zázrakom to najmenšie živé stvorenie. Alternatívna kultúra v poľnohospodárstve znamená, že niektorí ľudia nehľadajú na čo najväčšie výnosy a krátkodobé využitie pôdy, ale snažia sa hospodáriť v súlade s prírodou. V duchovnom živote popri väčšinovom náboženstve existuje množstvo rôznych spôsobov ako vyjadriť vieru v niečo, čo nás presahuje a možno ich tiež nazvať alternatívou. Alternatívu k fungovaniu spoločnosti predstavujú rôzne sociálne experimenty, komunitné projekty, spoločenstvá fungujúce na odlišných princípoch, ako väčšinová spoločnosť. V umení existuje množstvo okrajových či menšinových foriem a aktivít fungujúcich na neziskovom princípe. Alternatívna kultúra zahŕňa mnohé aspekty ľudského života, všetky zvláštnosti ľudskej povahy, všetku jedinečnosť a neopakovateľnosť toho, ako môžu ľudia utvárať svoj život. Nie je to ďalšia jednotná monolitná forma, ale priestor pre rozmanitosť, odlišnosť, inakosť, nekonformnosť, chuť učiť sa

na vlastných omyloch a odvahu vydať sa ne-prebádanými cestami.

## Žiadne ďalšie šablóny

Keď sme sa rozhodli oslavovať rozmanitosť, znamená to zároveň, že neprichádzame so žiadnym ďalším univerzálnym návodom, ako by mali veci fungovať, ako by mal vyzerať svet, ako by mali ľudia žiť a ako by mala fungovať spoločnosť. Pozeráme sa s úctou na všetko živé a na prírodu, ktorá vo svojej štedrosti stvorila rozmanitosť presahujúcu hranice nášho chápania. Sami sa cítime byť deťmi tohoto nekonečného deja stvorenia. Naša jedinečnosť obohacuje svet. Rovnako vnímame jedinečnosť a neopakovateľnosť všetkých a všetkého okolo nás.

Spoločnosť šíriaca monokultúru nás naopak desí. Desí nás preto, že denne nenávratne vyhuby desiatky neopakovateľných živočíšnych a rastlinných druhov. Desí nás preto, že na celom svete buduje rovnaké reštaurácie, rovnaké hotely, rovnaké cesty, rovnaké mestá, rovnaké továrne. Desí nás, že nech sa pohneme kamkoľvek, svet vyzerá stále uniformnejšie. Desí nás, že pestré stvorenie prírody ustupuje mŕtvym betónovo-ocelovo-asfaltovo-silikónovo-plastickým neživým monolitom. Desí nás, keď počujeme o tom, že konzumná monokultúra je jediná možná cesta. Preto vkladáme nádej do vytvárania alternatív.

Neprichádzame s JEDINOU alternatívou pre všetkých. Radšej by sme videli MNOHO alternatív, možností, ciest, spôsobov.

## Realita, nie naivita

Nie sme naivní. Vieme, že každá forma života musí byť životaschopná, inak uvoľní miesto iným. Nie každá alternatíva je životaschopná,





nie každé semienko vzkliční a iba niekoľko z mnohých vyrastie do veľkého stromu. Vieme, že ideály vždy narazia na tvrdú realitu každodenného života. To však nie je dôvod, aby sme sa ich vzdali. Keď má byť život tvrdou prácou, tak nech aspoň pracujeme spôsobom, ktorému veríme. Keď je život trnistá cesta, chceme mať aspoň možnosť zvoliť si jej smer. Nehľadáme únik, práve naopak, snažíme sa skutočne žiť. Hovorili nám „veď vy z toho vyrastiete“, prípadne „život Vás naučí“. Roky však bežia a naše ideály ostávajú. Žiaden človek nie je nikdy príliš starý na to, aby sa nemohol pokúsiť o naplnenie najhlbších snov. Strach z neúspechu zabíja ľudskosť. Nebojíme sa, že nedôjdeme do cieľa. Cesta je cieľ a úspech je urobiť prvý krok. Hľadáme alternatívu, hľadáme inú možnosť.

*Na konku roku 2001 spísal Matúš Ritomský s pomocou niekoľkých spriaznených duší a mnohých večných hľadačov nevychodených ciest.*

Kultúrna rozmanitosť je odrazom ľudského prepojenia s okolím, so živým svetom. Stáročia dobývania, kolonializmu a „rozvoja“ už značnú časť svetovej kultúrnej pestrosti odstránili, ale ekonomická globalizácia tento proces nebezpečne urýchľuje. Spolu s mnohoprúdovými dialnicami a betónovými mestami prináša globalizácia do každého kúta planéty kultúrnu krajinu, ktorej dominujú reštaurácie s rýchlym občerstvením, hollywoodske filmy, mobilné telefóny, značkové texasky, bábiky Barbie a chlapík z reklamy Marlboro.

Čo sa stane, keď vidiecky spôsob života za-

nikne a ľudia, ktorí sa kedysi spoliehali na blízke zdroje skončia v osídľach globálnej ekonomiky? Vezmime si napríklad tradičnú architektúru, kde stavby vznikali z miestnych materiálov: z kameňa vo Francúzku, hlíny v Západnej Afrike, z na slnku vysušených tehál v Tibete, z bambusu na Filipínach, z plsti v Mongolsku a tak ďalej. Keď tieto tradičné postupy uvoľnili miesto „moderným“ metódam, tradičné materiály ostali ležať bez povšimnutia. O to tvrdší súboj sa vedie o stavebné hmoty uprednostňované monokultúrou – o úzky výber materiálov ako betón, oceľ a stavebné drevo. To isté sa deje, keď všetci začnú jesť rovnaké potraviny, nosiť šaty z rovnakých vlákien a závisieť na rovnakých vyčerpateľných energetických zdrojoch. Pretože to vyvoláva všeobecnú závislosť na rovnakých zdrojoch, globalizácia znamená výhody pre korporácie a umelý nedostatok pre spotrebiteľa. Individuálna a kultúrna identita prehráva zápas s tlakom na život podľa mediálneho a reklamného modelu, ktorého vzory sú bezvýhradne založené na mestskom, západnom konzumnom štýle života.“

*Helena Norberg-Hodge*

„Dnes prichádzame k poznaniu (podobne ako množstvo európskych mysliteľov pred nami), že sa civilizácia zrejme preceňuje. Skôr než ktokoľvek povie: „To je smiešne, všetci predsa vieme, že civilizácia je nevyhnutnosťou,“ dajte mu prečítať niečo z kultúrnej antropológie. Pozrite sa na životy juhoafrických krovákov, mikronézskych navigátorov, kalifornských Indiánov, ale-

bo na výskumy Claua Léviho-Straussa. Je potrebné prehodnotiť všetko, čo sme si mysleli o ľudskom blahobyte. Kmeň, ako sa zdá, je najnovšou fázou vývoja subkultúry. Najvyššie výsledky modernej vedy a technológie dokazujú niektoré z týchto pohľadov. Preto nie je moderný „kmeňový“ človek kvôli svojej kritike civilizácie staromódny, ale je skôr typom človeka, ktorý je v súčasnej spoločnosti najviac namiestene. Nacionalizmus, zbrojenie, ťažký priemysel a spotrebiteľstvo sú už prežitá a nepotrebná. Ďalším veľkým krokom ľudstva je vstup do prirodzenosti vlastnej mysli. Človek s rozsiahlymi medzinárodnými skúsenosťami, so vzdelaním a voľným časom – luxusný produkt našej dlhšej a sofistikovanej histórie – má dosť dobrých dôvodov na to, aby si prial žiť jednoduchšie, iba s niekoľkými nástrojmi, najpotrebnejším oblečením, blízko prírode.

Revolúcia už nie je vecou ideológie. Namiesto toho ju ľudia skúšajú priamo – život v malých komunitách, nová organizácia rodín. Milión ľudí v Amerike a ďalší milión v Anglicku a Európe. Početný underground v Rusku, ktorý ešte iba čaká na svoju príležitosť. Ako sa navzájom poznajú? Nie vždy podľa zarastenej tváre, dlhých vlasov a bosých nôh. Poznávacim znamením je jasný a nežný pohľad, klud, jemnosť, dobrá nálada a prirodzené chovanie. Muži, ženy a deti, ktorí všetci chcú kráčať po ceste lásky a múdrosti v spoločnosti neba, vetru, mrakov, stromov, vody, zvierat a tráv – to je Kmeň.“

*Gary Snyder*

## Od konzumnej k asketickej kultúre? (pokračovanie zo strany 5)

Či, že bude úspešná. Je však možné, že protest, aj keď v súčasnosti politicky bez šance, je najdlhšiejší pre hľadanie schodných ciest v budúcnosti.

*Carl F. von Weizsacker,  
Ideme v ústrety asketickej kultúre?*

Dotázkou zostáva, či je vôbec rozvoj a rast možný. Niektorí radikálnejší ekonómovia, ako napr. bývalý ekonóm Svetovej banky Hermann Daly, poukazujú na to, že rast v celosvetovom meradle nie je možný. Nie je možné, aby všetci obyvatelia zemegule dosiahli životnú úroveň trebárs občana Veľkej Británie. Jediný spôsob, ako to dosiahnuť, by bol vyrábať výrobky z ničoho, napríklad z mesačného svetla.

Už od skončenia druhej svetovej vojny sa pokúšame nájsť vhodný rozvojový model pre krajinu Tretieho sveta, a nedarí sa nám to. Ojedinelé výsledky sa dosiahli, mnohé krajiny však za ten čas schudobneli ešte viac. Takže základným argumentom voči rozvoju krajín Tretieho sveta je: pokúšame sa oň štyridsať rokov a dodnes sa nám to nepodarilo.

Vychádzkom je podľa Hermana Dalyho bolo prehodnotenie spotreby: spotreba v chudobných štátoch môže vzrásť len vtedy, ak súčasne poklesne spotreba v bohatých štátoch. Pre vyspelé štáty by to nemuselo znamenať dramatické ochudobnenie, znamenalo by to najmä predefi-

novanie spôsobu spotreby a ich škály hodnôt. V rámci celosvetovej ekonomiky podľa H. Dalyho nemôžeme hovoriť o raste, ak, tak iba o veľmi malom prírastku. Musíme začať hovoriť len o vývoji a rozvoji, ktorý sa bude odohrávať práve tým, že sa zmení rovnováha a zmení sa smer tokov medzi bohatými a chudobnými štátmi.

Dalyho koncept sa veľmi blíži predstavám hlbkovej ekológie a mnohých modelov ekologických organizácií, ktoré sa tiež zaoberajú problémom chudobných krajín Juhu z pohľadu zlepšenia životného prostredia. Tieto problémy sú veľmi naliehavou agendou dneška, nie sú však súčasťou politickej agendy. Žiadny politik nevyhrá voľby tým, že povie: chceme menej, ak vyhráme dáme vám menej a preto by ste nás mali voľiť. Také modely, ako presmerovanie toku bohatstva zo Severu na Juh sú síce pre svet žiaduce, ale sú politicky absolútne nerealistické. Toto základné protirečenie je pre nás súčasne aj hlavnou výzvou: ako presmerovať politiku do viac prírodnocentrického smeru.“

*Peter de la Cour*

„Skutočne múdry vládca vie, že viesť ľudí ku šťastiu znamená viesť ich k nežiadostivosti. Keď na tejto ceste budú uspokojené základné ľudské potreby, vrenie vo svete stíchne.“

Vyznávame boj a vojny preto, že svoje osobné potreby zveličujeme. Pozorujte obyčajného

dedičana a uvidíte najmierumilovnejšieho človeka, ak sa nasýti a má zaistené, že bude mať vždy prostriedky na to, aby sa najedol. Ale vymysleli sme si boj. Našli sme svojich nepriateľov v ľuďoch, ktorí mali vo svete úspech. Dokonca chceme, aby sme sa mali lepšie ako ostatní. Tak sa plný hrniec preťahuje od jednej skupiny k druhej a šťastie ostane opäť tam, kde vždy bolo – v skutočnej nežiadostivosti.

Múdry človek by viedol svoj ľud k tomu, aby sa nerozvíjala jeho žiadostivosť a bol spokojný s minimom, ktoré by uspokojilo jeho najzákladnejšie potreby. Viedol by ho k tomu, aby si nevážil vonkajších vecí, ale považoval ich iba za službu pre naplnenie základných potrieb. Ak vodcovia nepodnecujú ľudí k žiadostivosti a naopak dbajú o to, aby v nich nevznikla chtivosť, prispievajú k mieru. To je žiaľ pojatie, s ktorým sa dnes nestretávame. Nech je to z akýchkoľvek dôvodov, ľud je vedený k žiadostivosti, a preto aj k nepokoju a vojne. Najlepšia cesta k vnútornému kludu, ktorý hlboko obšťastňuje, je v tom, že človek nepovažuje nič za nevyhnutné pre svoju osobu. Potom sa potreby redukujú na zahnanie hladu – a túto možnosť svet takmer vždy človeku poskytuje. Ak je tomu niekedy inak, tak je to preto, že sa vlastnícky pud príliš rozbujnel.“

*Kvetoslav Minárik,  
Lao-ovo Tao-te-ťing*



# Tomášov slamený domček



Tomáš Búžek pochádza zo Žiliny, má 23 rokov, po skončení strednej školy sa túlal po rôznych krajinách Západnej Európy, chvíľu pobudol v škótskej eko-komunitě, v Izraeli, rok pracoval ako záhradník v Španielsku, aby sa nakoniec vrátil na Slovensko a usadil sa na Zaježovských lazoch. Na lesnej lúke si odkúpil 4 hektárový pozemok, postavil si domček zo slamy, dreva, hliny a trstiny, v ktorom chce žiť a spolupracovať na vytváraní širšieho spoločenstva novolazníkov. Vďaka tomu, že je Tomáš náš dobrý priateľ, podarilo sa nám pripraviť s ním krátky rozhovor. Ako však sám hovorí, cíti určitú nedôveru k informáciám sprostredkovaným v časopisoch a rozhodne netúži stať sa mediálnou hviezdou, kvôli ničomu, čo je tak prirodzené a ľudské, ako život v prírode v komunitnom spoločenstve.

**Kedy si sa rozhodol odísť z mesta na lazy a prečo si sa rozhodol práve pre Zaježovú?**

V minulosti som v zahraničí strávil nejaký čas medzi ľuďmi snažiacimi sa o prirodzenejší prístup k životu, ale korene sú korene a práve na Zaježovej som sa stretol so silnou skupinou ľudí „rovnejakej krvnej skupiny“, ktorí zdieľajú svoje ideály. A čo považujem za veľmi dôležité, zdieľajú ich nie len v teórii, ale naživo, doslova v dobrom aj v zlom.

**Ako si sa prvýkrát dozvedel o Zaježovej?**

Od kamarátov na akciách Greenpeace v Čechách a v Škótsku. Paradoxne práve títo priatelia na Zaježovú chodia veľmi zriedka.

**Čo si robil v Škótsku?**

Býval som tam v eko-komunitě, ktorá v roku 1997 hosťovala letné stretnutie EYFA – Ekotopia.

Viem, že si rok pracoval aj v Španielsku. Nelákalo Ťa ostať na juhu, kde je viac tepla, alebo naopak na severe, povedzme v škótskej vysočine?

Veruže často, ale vždy to boli ľudia a ráz našej krajiny, ktorí ma ťahali naspäť.

**Na Zaježovej si 2 roky. Keď porovnávaš svoje predstavy pri príchode so súčasnou realitou, čo sa zmenilo?**

Vo svojom myslení cítim istý posun, od ekotázok k otázkam sociálnym. Podľa mojej skromnej mienky, toto je alfou a omegou prirodzeného spôsobu života (či trvalej udržateľnosti, nazvite si to ako chcete) – vzťahy, vzťahy, vzťahy. Ak znovu objavíme schopnosť rešpektovať seba samých, bytosti okolo nás a matku Zem a jej zákony, umelá ekológia stratí význam. Schopnosť starať sa je v nás, rovnako ako schopnosť dýchať, chodiť či behať. Musíme sa však k nej dopracovať, tak ako sa malé dieťa učí chodiť. Dozrievame.

**Neďaleko usadlosti Sekier si odkúpil 4 hektáre lúky, poeticky zvanej Brána a začal na nej stavať dom. Mohol by si povedať viac o praktickej stránke celej veci?**

V prvom rade to, že som niekomu zaplatil za

túto lúku určitý obnos, absolútne neznamená, že mi teraz nejako „patrí“. V poriadku, patrí mi na papieri. Avšak putá, ktoré ma k nej viažu sú o inom ako o vlastníctve a majetku. Tieto putá začali vznikať dávno pred tým, ako sme zasadli u notárky. Takže prepis pozemku beriem ako nutnú formalitu. Ceny pozemkov sa v tomto kraji pohybujú okolo 15 000,- za hektár, takže trochu šikovný človek, alebo pár, si môže na nejaký ten hektárik zarobiť relatívne rýchlo.

Ak sa však rozhodnete kupovať niekde pozemok, nezvažujte len cenu, „príťažlivosť“, vodné zdroje, výhľad z okna budúceho obydľia, prístupnosť či klimatické podmienky (tu mi nedozrejú rajčiny, sem nejdem), ale hlavne ľudí, ktorí v okolí žijú, alebo by žiť mohli. Ja sa síce môžem hrať na svojom pozemku, stavať dom, kopať studne, budovať permakultúrne veldiela, pokiaľ by som však tieto drobné radosti nemal ako zdieľať s inými ľuďmi, niečo vo mne zakr-







nieva a zosychá. Toto sa však niekomu môže stať v paneláku a inému sa to zase nemusí stať na samotě v horách. To už zrejme záleží od náтуры.

**Ešte na chvíľu k úplne praktickej otázke – ako prebiehalo kupovanie pozemku?**

Kupovanie a prepis pozemkov bol veľmi zdĺhavý, vzhľadom na to, že ležali roky neužívané a poďčili ich dediči dedičov. Takže len Brána samotná mala teoreticky okolo 40 majiteľov. V tejto hre zapracoval a pomohol Igor Chýra, zabezpečil to novelizmák zaježovský, za čo mu patrí veľká vďaka.

**Aký postup si zvolil pri stavbe obydlija?**

V Škótsku a v Izraeli som sa motal okolo alternatívnej architektúry a niečo z nadobudnutých skúseností sa snažím premietť do domčeku na Bráne. Konštrukciu som urobil z drevenej guľatiny, steny zo slamených balíkov, omietku z hliny a strechu z trstiny. Investoval som do starých dubových trámov, na ktorých celá stavba stojí, kupoval som tiež dosky na okná (ktoré mi vyrobil miestny stolár), dvere a podlahu, tro-

chu drôtu a veľa lanového špagátu, no a tiež vápno na vápnenie balíkov a tiež samotné slamené balíky. Väčšinu prác som robil sám, keď bolo treba pomocné ruky sa vždy našli. Všetok materiál je lokálny a práca naša vlastná, takže takáto stavbička sa dá urobiť pomerne lacno.

**Ako vidíš svoj budúci život – chcel by si smerovať k čo najväčšej sebestačnosti, alebo počítaš s tým, že si budeš privyrábať niekde mimo svojho bydliska?**

Je mi vzdialená myšlienka samo-sebestačnosti, skôr sa snažím smerovať spolu s ostatnými ľuďmi na Zaježovej k sebestačnosti lokálnej. V praxi to znamená, že hlavné vstupy – jedlo, teplo (drevo), či určitá škála spotrebných výrobkov (ošatenie, keramika) sa dajú zabezpečiť nepeňažnou výmenou a potrebné peniaze sa tiež dajú zabezpečiť na lokálnej úrovni.

**Vďaka za rozhovor.**

Otázky kládli Martin Valentovič  
a Matúš Ritomský

„Všeobecne sa dá povedať, že existujú dve cesty. Jednu z nich by som nazval „žiť si svoj život“. Je to rovnaký prístup, aký používali niektorí ľudia, ktorí nakoniec veľkou mierou prispeli k rozloženiu komunizmu. To boli ľudia, ktorí sa psychicky oddelili od všetkého, čo ich obklopovalo, od ideológie, ktorá im prikazovala, čo majú robiť, a oni sa stiahli do svojho súkromia, k svojej rodine alebo do kruhu svojich známych, k svojej hudbe alebo inej tvorivej činnosti a úplne sa vykašľali na akúkoľvek politickú agitáciu. Jednoducho žili podľa svojich hodnôt, ktoré považovali za podstatnejšie ako okolitú spoločnosť.“

Dnes takúto pozíciu predstavuje napríklad to, čo označujeme ako dobrovoľná skromnosť. Ľudia sa odsťahujú z mesta, kúpia si kravu, kone a žijú na svojej usadlosti. Môže sa zdať, že ide o na-prosto zúfalý pokus, ako sa vymaniť z tohoto sveta, ale nakoniec sa ukazuje, že tých ľudí je stále viac a že okolo seba akousi vibráciou zhromažďujú ďalších ľudí. Môže to potom vyústiť do organizovania kultúrneho festivalu niekde v zapadnutej dedinke. A potom sa ukáže, že táto aktivita, ktorá nemala primárne politický výraz, v podstate znamená politickú alternatívu. Rodí sa tu alternatívna kultúra, ktorá nespočíva v tom, že niekto príde a rozbije výklad obchodu alebo banky v mene nápravy sveta. Táto kultúra mení postoje ľudí a odovzdáva ich kľudným spôsobom ďalším generáciám, a to je podstatnejšie.

Tento prístup však môže zlyhať v okamžiku potreby širších zmien, a preto je potrebná aj druhá cesta, ktorá nepredstavuje rezignáciu na politickú angažovanosť. Ľudia, ktorí idú touto cestou, urobili určité rozhodnutie a majú predstavu o tom, s čím nesúhlasia a majú cieľ, ktorý chcú dosiahnuť. Táto vízia cieľa, ktorý však nemusí byť nijak obrovský, je nesmierne dôležitá, pretože dnešný systém umožňuje, aby politika existovala bez predstavy nejakého ďalšieho smerovania.“

Ondrej Liška

„Chcel som si priblížiť dnešným ľuďom veľkorysý nemý život prírody, aby si ho zaľúbili. Chcel som ich naučiť načúvať úderom srdca zeme, zúčastňovať sa na živote všetkého, aby pri nápore svojich malých osudov nezabúdali, že nie sme bohovia a nestvorili sme sa sami, ale že sme deťmi a časťou zeme a kozmu. Chcel som tiež ľudí naučiť, aby hľadali pramene radosti a prúdy života v bratskej láske k prírode, chcel som hlásať umenie pozorovania, putovania a užívania radosti z prítomného. Chcel som, aby pohoria, moria a zelené ostrovy váhivo prehovorili k vám mocnou rečou a chcel som vás prinútiť vidieť, aký nesmierne mnohotvárný, rušný život denne bujnie a prekypuje mimo vašich domovov a miest. Chcel som docieľť, aby ste sa zahabíli, že o zahraničných vojnách, módných drobnostiach, literatúre a umeniach viete viac ako o jari, ktorá sa rozvíja pred vašimi mestami nespútaným ruchom, o riekach, čo pretekajú popod vaše mosty, o o lesoch a nádherných lúkach, ktorými uháňa vaša železnica. Chcel som vám vyrozprávať, aké nezabudnuteľné pôžitky našiel osamelý a životom trápený človek na tomto svete, a chcel som, aby ste vy, čo ste možno šťastnejší a radostnejší ako ja, odkrývali tento svet s ešte väčšou pútečnosťou.“

A predovšetkým som vám chcel vložiť do srdca krásne tajomstvo lásky. Dúfal som, že vás naučím byť všetkému tvorstvu ozajstnými bratmi, aby ste boli takí plní lásky, že by ste sa nezlekli ani utrpenia ani smrti, ale keď príde k vám, prijali ju vážne a bratsky ako rodnú sestru.“

Hermann Hesse

## Plánujete útek z mesta?

Ľuď, ktorým nevychová odcudzenosť mestského prostredia a život v betónovej džungli vzdialený od skutočnej prírody, nie je málo. Niektorí sa rozhodli zmeniť svoj život a priblížiť sa viac k živej Zemi. Odkúpenie kúsku pôdy, na ktorom môžete začať zahradkárčiť alebo farmárčiť, presťahovanie na vidiek, znovu-osídľovanie lazov, vytváranie prírodných komunitných spoločenstiev – to sú niektoré z ciest, ako to možno uskutočňovať v praxi.

Máte podobné plány, predstavy, vízie? Robíte pre ich uskutočnenie aj niečo konkrétne? Možno by bolo užitočné spojiť sa s podobnými ľuďmi – vymeniť si skúsenosti, informácie, poradiť si navzájom a možno aj skúsiť realizovať svoje sny spolu s ľuďmi podobnej krvnej skupiny.

Časť redakčného spoločenstva Kruhu života tiež pracuje na uskutočnení vízie o živote bližšom Zemi, máme už nejaké skúsenosti, poznáme ľudí, ktorým sa to už podarilo a ľudí, ktorí rôznymi spôsobmi v prírode žijú.

Ak máte pocit, že by bolo užitočné spojiť sa s nami, ako aj s ďalšími podobnými ľuďmi, kontaktujte redakciu Kruhu života.



# Iný svet je možný – žije v srdciach ľudí na celom svete

Časopis *New Internationalist* vyzval začiatkom roku 2002 svojich prispievateľov, aby sa s ostatnými čitateľmi podelili o svoje vízie lepšieho sveta, či už majú podobu praktických návrhov alebo utopických myšlienok. Tu sú niektoré z nich....

## Spoločné dedičstvo

Odpoveď na globálne otepľovanie a svetovú chudobu, ako aj na ostatné problémy, ktoré spôsobuje kapitalizmus, musíme hľadať v spôsobe, akým je ľudská spoločnosť usporiadaná. Mali by sme predovšetkým pracovať pre svet, ktorý nebude rozdelený na vzájomne súťažiace štáty, pre spojený svet, ktorému nebudú vládnuť nenásytní vládcovia bojujúci o moc.

Druhou dôležitou vecou je uznať fakt, že všetky prírodné zdroje sú spoločným dedičstvom celého ľudstva. Nemôžu byť vlastnené niekoľkými korporáciami, boháčmi alebo štátmi. V súčasnosti existujú dohody, že Antarktída a mesiac sa nemôžu stať majetkom jednotlivcov ani štátov. Rovnaký princíp by mal platiť pre celú planétu. Na kontrolu spoločného dedičstva celého ľudstva musia vzniknúť skutočne demokraticky fungujúce inštitúcie na všetkých úrovniach – od lokálnych, cez regionálne až po celosvetové.

Po tretie, musíme prehodnotiť našu ekonomiku. Výrobky by mali byť vyrábané pre ľudské potreby, nie pre potrebu vytvárať stále väčší zisk. Dnešný finančný systém a celá štruktúra ekonomických a komerčných inštitúcií, ktorá mrhá zemskými zdrojmi a ľudským potenciálom musí skončiť tam kde patrí – na smetisku dejín.

Adam Buick, Brusel, Belgicko

## Strach a viera

Všetci ľudia vedia, čo je potrebné vykonať pre spravodlivosť, rovnosť, mier a slobodu. Počas histórie ľudstva naše spoločné podvedomie prijalo dostatok poznania potrebného pre realizáciu skutočnej ľudskosti. Toto poznanie sa nachádza aj v jadre všetkých veľkých náboženstiev. V súčasnosti má ľudstvo všetky predispozície na život v spolupráci, láske, nenásilí a vzájomnej pomoci.

Skutočnou otázkou nie je ako zmeniť svet, ale prečo to v skutočnosti nechceme urobiť. Zo strachu pred hladom, smrťou, alebo pred ostatnými ľuďmi? Zo strachu pred nami samými? Cestou k prekonaniu strachu je viera. Zmena sveta je iba otázkou našej viery. Do akej miery skutočne veríte v ľudské dobro?

Kelly Watt, Brisbane, Austrália

## Zo srdca, nie z hlavy

Ideálny svet, tak ako ho väčšinou chápeme nie je možný, pretože nič na tejto planéte nie je ideálne, ak ostávame zajatí v ľudských termínoch. Alternatívou je uvedomiť si, že k perfektnému svetu nedôjdeme tak, že dostaneme všetko, po čom túžime, ale tak, že budeme spokojní so všetkým čo máme. Ak prestaneme klást dôraz na naše individuálne predstavy, ciele a túžby, dosiahneme stav spoločného dobra.

Ak budeme pokračovať v boji za naplnenie vlastných cieľov, tak ako to robíme po stáročia, nedôjdeme k jednej spoločnej utopii, ale k miliardám vzájomne zápasiacich utopii. Ak nechceme ostať večnými svetovými tulákmi donekonečna hľadajúcimi a strácajúcimi cestu k perfektnému svetu, musíme pochopiť, že zmena musí prísť z nášho srdca, nie z našej hlavy.

Benjamin Brooker, Happy Valley, Austrália

## Po vyčerpaní ropy bude ticho

Verím, že keď vyťažíme poslednú kvapku ropy, Západná civilizácia sa zmení. Súčasná pragmatické reči o tom, že „musíme žiť v reálnom svete technických vymožeností“ zmlknu a s nimi aj uponáhľaný, prekomplikovaný svet s jeho starými peniazmi. Keď nebude ropa, opäť začne život.

Bez ropy bude svet opäť tichým miestom. Ľudia si rýchlo zvyknú na nový spôsob života, pomocou vlastnej zručnosti a schopnosti si zabezpečiť všetko nevyhnutné pre zdravé, životodárne spoločenstvo. Vrátia sa k životu v prírodnej krajine, v harmónii so Zemou. Všetci začnú žiť a pracovať spôsobom, akým dobrovoľne žijú a pracujú už dnes mnohí z nás.

David Harvey, Chippenham, England

## Produkčné rady

Rád by som žil vo svete, kde produkcia a distribúcia tovaru bude v rukách obvyčajných ľudí. O tom, čo a ako sa bude vyrábať, by mali demokraticky rozhodovať samotní pracujúci, v súlade s naplnením ich skutočných potrieb. Mali by vzniknúť rady zložené z priamo volených a kedykoľvek odvolateľných zástupcov, ktoré by rozhodovali o produkcii. Každá ulica by mala voliť svojho zástupcu, ktorý by rozhodoval o lokálnych záležitostiach v lokálnej rade. Na regionálnej úrovni by mohli fungovať inštitúcie podobné Spojeným Národom, ale so skutočnou mocou, postavenou na demokratickej podpore ľudí. V celosvetovom merítku by bolo takto možné nahradiť štáty s ich prekonanými a umelými hranicami a nedemokratickými vládami.

Znie to ako utopia? Nemyslím si. Nie je to o nič väčšia utopia, ako predpovedať dnešný systém pred dvesto rokmi.

John Ayers, Cobourg, Ontario, Kanada

## Božie kráľovstvo

Žiadny ľudský systém, bez ohľadu na to, ako starostlivo a idealisticky bude vytváraný, nedokáže stvoriť lepší svet. Všetky systémy v konečnom dôsledku zlyhajú na sebeckosti a chamtivosti jednotlivcov. Odstránenie chudoby je nemožné a v mnohých prípadoch (ako to dobre vie každý, kto niekedy navštívil Tretí Svet) nízky finančný príjem nebráni šťastnému životu, skôr naopak.

Iba jedna vec je dôležitá – vnútorná zmena k lepšiemu, ktorú môže jednotlivec uskutočniť vďaka pomoci od niečoho čo nás presahuje. Ja používam pomenovanie Boh a z vlastnej skúsenosti viem, že s Božou pomocou dokáže človek uskutočniť veľmi radikálne zmeny vo vlastnom živote a následne aj v širšom spoločenstve. Čím viac ľudí prežije Božiu prítomnosť, tým lepším bude svet.

Stewart Lane, Limbe, Malawi

## Utopia lesných záhrad

Náš vek priniesol štyroch významných vizionárov – Gándhi, Robert Hart, Aldous Huxley a Bill Mollison.

Gándhi hovoril o hnutí rozširujúcom sa ako kruhy na hladine vody, založenom na sebestačnosti a tradičných zručnostiach. Ak spojíme túto víziu s praktickým návrhom lesnej záhrady, ktorý uskutočnil Robert Hart, získame permakultúrny návrh celostného spôsobu života. Keď k tomu pridáme niečo z duchovného socializmu Aldousa Huxleyho, ako ho popísal v knihe *Ostrov* a praktické návrhy Billa Mollisona zahrňajúce premenu miest na mestské permakultúrne záhrady, získame spôsob, ako sa k uskutočneniu tejto vízie dopracovať.

Zmeny možno uskutočniť na základe hnutia vychádzajúceho odspodu – z aktivity obvyčajných ľudí a ich spoločnej práce pre lepší svet. Kultúra založená na domácich remeslách, komunitnej produkcii a sebestačnom poľnohospodárstve sa ukázala po dlhý čas ľudskej histórie ako úspešný spôsob uspokojovania ľudských potrieb. Či už nastane zmena dnešného sveta následkom revolúcie, katastrofy alebo pokojnej evolúcie, musíme napraviť všetky omyly, ktorých sa dopustila moderná civilizácia.

Carlo Davis, Tenerife, Kanárske Ostrovy, Španielsko

## Komunitné poľnohospodárstvo

Mojou nádejou je, že sa ľudia začnú spájať v lokálnych sieťach a vytvárať nenásilnú zmenu. V Západných komunitách ľudia potrebujú prehodnotiť svoj prístup k napĺňaniu základných potrieb. Ak si komunity nedokážu samé zabezpečovať poľnohospodársku produkciu potravín, strácajú kontrolu nad najdôležitejšou ľudskou





potrebou. Trvalo udržateľná forma poľnohospodárstva, ktorá dokáže nasýtiť ľudí, je jediná nádej pre našu budúcnosť. Som presvedčený, že keď sa komunitný život začne organizovať okolo sebestačného a trvalo udržateľného poľnohospodárstva, prirodzene sa zmení a zlokalizuje aj ekonomika a ľudia znovu získajú kontrolu nad svojou budúcnosťou, zdravím a šťastím.

Prvým krokom k zmene môže byť podpora organického poľnohospodárstva, pestovanie vlastného jedla (je to také jednoduché) a šírenie príkladu trvalo udržateľných spôsobov života.

Brett Ryan, Queensland, Australia

### Oslobodenie ľudského ducha

Naša spoločná cesta k budúcnosti musí byť celostnou revolúciou, zahrňajúcou osobnú ako aj komunitnú premenu. Dokážem si predstaviť globálnu ľudskú komunitu, kde neexistuje žiadne súkromné vlastníctvo, žiadna potreba pre peniaze, žiadny rasizmus alebo sexizmus, žiadna honba za ziskom a vykorisťovanie pracujúcich ľudí, žiadne boje medzi rôznymi interpretáciami duchovnosti a žiadna nevráznosť k ostatným. Ak si to dokážem predstaviť, dokážem to tvoriť. Proces tvorenia je najkrajším zázrakom ľudskosti. Naša schopnosť realizovať naše sny je základom pre každú revolúciu. Ak túto schopnosť tvorenia využijeme s cieľom oslobodiť ľudského ducha a zabezpečiť spravodlivosť pre každého, iný svet bude možné.

Samantha George Smart, Minneapolis, US

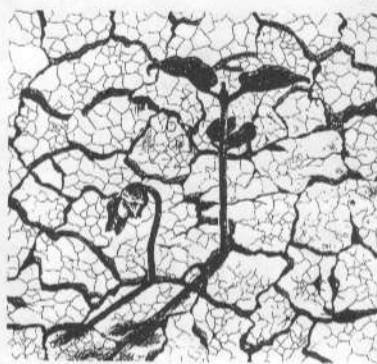
*New Internationalist* je medzinárodný časopis vychádzajúci od roku 1973 vďaka dopisovateľom zo všetkých častí sveta. Každý mesiac prináša správy a články zamerané na problémy svetovej nerovnosti, sociálnej nespravodlivosti, chudoby, nerovnôhy v rozdelení moci a v spotrebe prírodných zdrojov. Cieľom ľudí, ktorí časopis vydávajú je hľadať možnosti radikálnej spoločenskej zmeny, ktorá by zabezpečila všetkým ľuďom uspokojenie základných materiálnych a duchovných potrieb na základe globálnej spravodlivosti. Samostatné redakčné skupiny časopisu fungujú v Austrálii, Severnej Amerike, Veľkej Británii, Kanade a Írsku.

### Podajte sa o svoju predstavu lepšieho sveta

Zdieľať svoju nádej s ostatnými ľuďmi je veľmi dôležité a Kruh života by rád vytváral priestor kde by sa ľudské túžby a predstavy mohli stretnúť. Vedieť, že žijú ľudia, ktorí nosia vo svojom srdci novzájom blízke sny o inom svete, môže byť veľmi posilujúce pri ich realizácii. Veľmi radi by sme sa dozvedeli aj o Vašich predstavách, víziách a snoch a dali im priestor v ďalšom čísle časopisu. Čakáme na Vaše listy.

## Vegánstvo ako cesta k lepšiemu svetu

Snívať a snažiť sa uskutočňovať ideály o lepšom svete je krásne a potrebné. Niekedy sa však priepať medzi snami a reálnym životom zdá príliš veľká a neprekonateľná. V dnešnom svete je preto veľmi dôležité mať ideál, ktorý je dostatočne vznešený na to, aby naplnil potrebu ľudského ducha a dostatočne reálny, aby ho bolo možné nasledovať v každodennom živote. Pre mňa je takým ideálom vegánstvo a najmä etické pohnútky, ktoré k nemu vedú. Jadenie čisto rastlinnej stravy vytvára priestor pre uskutočnenie veľkých zmien. Vegánsky svet je krásnou utopiou, vznešenou a hodnou nasledovania. Svet, v ktorom ľudia nemusia zneužívať a využívať ostatných živých tvorov, aby zahnali vlastný hlad. Svet, v ktorom stačí na nasýtenie ľudstva oveľa menej poľnohospodárskej pôdy a v ktorom môže na veľkých plochách nastať znovuoživenie lesov, prírodzenej krajiny, divočiny. Svet, v ktorom je etický princíp neublížovania natoľko silný, že dovedie



ľudí k dobrovoľnému uskomneniu a potlačeniu chuti po vlastnom sebauspokojovaní. Svet plný mierumilovných ľudí, ktorí sa nemusia učiť krutosti, technikám zotročovania zvierat a násilného panovania nad pozemským tvorstvom. Svet, v ktorom súcit so všetkým životom a jeho realizácia v praxi pozdvihne ľudského ducha a umožní aj oveľa ľudskejšie fungovanie našej spoločnosti. Táto vegánska utopia, vysnívaná zem, je skutočne miestom hodným ľudského potenciálu.

Na druhej, praktickej strane, je vegánstvo ideál, ktorý môže každý začať realizovať tu a teraz. A čo viac – je to ideál, ktorého realizácia vôbec nie je nemožná, dokonca ani priveľmi ťažká. Človek, ktorý sa rozhodne pre jeho naplnenie, nemusí na nič čakať, nemusí svoju myseľ otravovať myšlienkami typu „sám nič nemôžem“. Rozhodnutie každého človeka, ktorý sa stane vegánom, má svoju váhu a reálny dopad. Aj keby som bol vegánom sám, malo by to význam a keď navyše vidím desiatky ľudí v mojom okolí a stá tisíce vegánov na celom

svete, o reálnom význame tohoto ideálu nemôžem pochybovať.

Vegánstvo je veľmi reálna a praktická myšlienka. Zatiaľ čo všetky argumenty proti vegánstvu sú často špekulatívne a vykonštruované, realita dnešného sveta jasne hovorí v prospech rastlinnej stravy. Veľakrát som sa zúčastnil debát o tom, čo by mali jesť eskymáci, ako sa pôvodne stravovali prírodné národy, či sa môže sebestačné hospodárenie zaoberať bez zvierat alebo či by ľudia žijúci na lazoch nemohli mať svoju kravu alebo kozu, či dokonca o tom, čo by sa stalo so všetkými poľnohospodárskymi zvieratami, ak by sa všetci cez noc stali vegánmi. Nakoniec som sa však vždy vrátil do skutočnej reality tohoto sveta, ktorou je dostatok

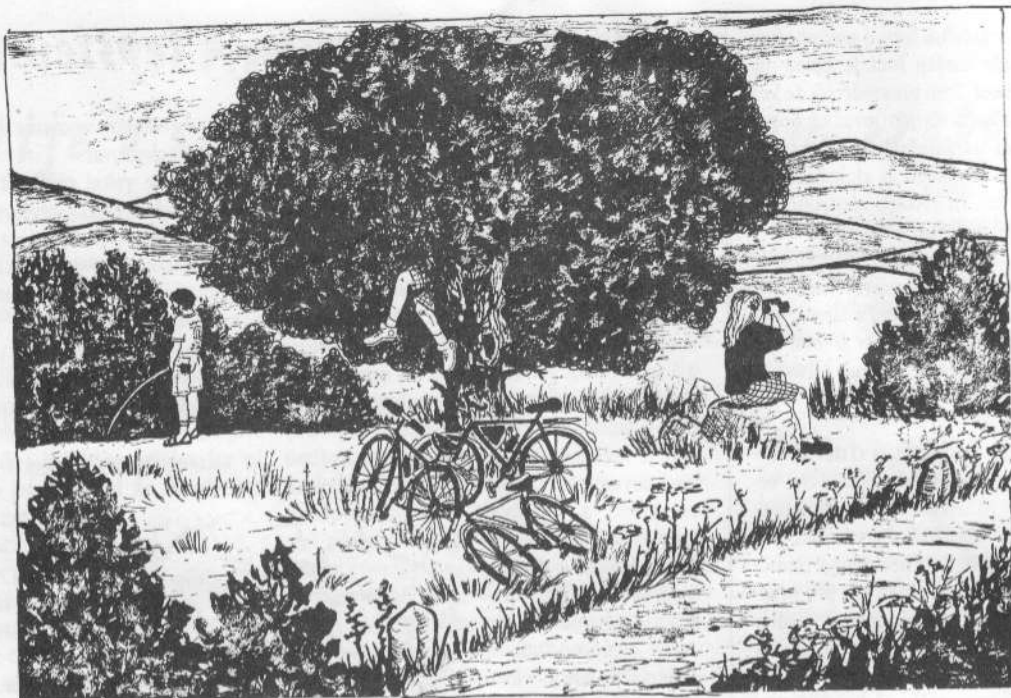
rastlinnej potravy pre zdravú výživu všetkých ľudí, bez potreby ďalšej ekologickej deštrukcie a utrpenia, kvôli zbytočnej produkcii živočíšnych potravín. Na Slovensku som nikdy nestretol človeka, ktorý by nemal možnosť výberu –

nasýtiť sa z rastlinných alebo živočíšnych zdrojov. Ak sa niekto rozhodne pre živočíšne potraviny, robí to z nevedomosti, zo zvyku, kvôli vlastnej chuti alebo nezáujmu o ekologické a etické dôsledky tohoto výberu. Nepoznám nikoho, kto by konzumoval živočíšne potraviny s cieľom pomôcť prírode, zvieratám alebo druhým ľuďom. Naopak, ľudia, pre ktorých je vegánstvo celoživotnou cestou, to málokedy robia iba pre svoje vlastné dobro. Vegánstvo v sebe totiž zahŕňa aspekt dobrovoľného uskomnenia a uprednostnenia dobra iných, na úkor vlastných túžob a chutí. Tento vedomý čin uskomnenia je podľa môjho názoru tým najcennejším, čo idea vegánstva prináša svetu, zajaťému v honbe za nekonečným sebauspokojovaním. Preto nech sa venujem akýmkoľvek problémom dnešného ľudstva a nech si vytváram akékoľvek vízie lepšieho sveta, ideál vegánstva je pre mňa vždy silným zdrojom inšpirácie a sily.

Matúš Ritomský

„Keby si každá nota povedala: hudbu jedna nota neurobí ... nevznikla by symfónia.  
Keby si každé slovo povedalo: jedno slovo nemôže vytvoriť stránku ... nevznikla by kniha.  
Keby si každý kameň povedal: jeden kameň nemôže vystať stenu ... nevznikol by dom.  
Keby si každá kvapka vody povedala: jedna kvapka nemôže vytvoriť riekku ... nevznikol by oceán.  
Keby si každé obilné zrnko povedalo: jedno obilné zrnko nemôže osiať celé pole ... nebola by žatva.  
Keby si každý povedal: môj prejav lásky a tolerance nemôže zachrániť ľudstvo ... nikdy by na Zemi nebola ani spravodlivosť, ani mier, ani dôstojnosť, ani šťastie.“

Michela Quoista



## Radost' z cestovania

Niet pochýb o tom, že ľudia majú vo svojich génoch silné nomádske inštinkty. Nie náhodou sa ľudský druh rozptýlil po celom povrchu planéty. Ľudí vždy lákalo objavovanie neznámych miest a túžba po hľadaní rajskeho miesta na Zemi bola hnacou silou pri sťahovaní celých národov. Zvláštny pocit, ktorý mnohých ľudí núti aj dnes opustiť domov a vydať sa na cestu, má možno svoje korene ešte v dobách, kedy bolo cestovanie podmienkou prežitia.

Dnes je však situácia trochu iná. Cestovanie bolo zbavené svojej tajomnosti, osudovosti a nebezpečenstva. Za niekoľko hodín letu sa dostanete na ktorékoľvek miesto na Zemi a cestovné kancelárie sa Vám postarajú o pohodlnú dovolenku na tých najexotickejších miestach sveta. Samozrejme, ak máte dosť peňazí. Vydať sa na cestu v minulosti znamenalo vkročiť do novej etapy života. Dnes sme cestovanie dokázali vtiesnať do dvojtyždňových pobytov, počas dovolenky. A ako mnoho iných vecí, dokázali sme aj cestovanie obrátiť proti prírode, životu na Zemi a často aj proti nám samým. Turizmus a cestovanie dnes patria k ľudským činnostiam, ktoré významnou mierou prispievajú k deštrukcii ekosystémov našej planéty.

Ak chceme hovoriť o spôsobe cestovania, ktorý by menej škodil Zemi a zároveň prinášal hlbšie zážitky nám samotným, musíme pochopiť, čo nás núti cestovať.

### Šírenie monokultúry alebo oslava rôznorodosti?

„Cestovanie je spôsob, ako uniknúť každodennej rutine – práca, cesta domov, spánok. Rovnako

dôležité je aj spoznávať život v jeho rozmanitosti, získať odstup od života, ktorý žijeme doma a môcť vidieť veci s nadhľadom, s odstupom, v širších súvislostiach.“ Takto stručne vyjadril dôvod pre svoje cestovanie, jeden z mojich priateľov.

Zdá sa, že v ľudskej prirodzenosti je obsiahnutá aj túžba niekoľko krát v živote opustiť domov a vydať sa na púť. Dnes však musíme nájsť taký spôsob, ktorý by umožnil realizovať ľudské

*„Cesty, tie dávne magické brány k našim snom, dnes už viac neprinášajú objavovanie nepoškvrnených pokladov... prvé čo dnes uvidíme na cestách okolo sveta je naša vlastná špina, ktorá zohavuje tvár ľudského druhu.“*

Claude Levi-Strauss (1974)

túžby, ale nevytváral pritom svetovú monokultúru. Nech cestujeme kamkoľvek, veľmi dôležité je to, aký druh kontaktu nadviažeme s miestnymi ľuďmi. V tom najlepšom prípade, by mal ľudom, ktorých počas cesty navštívime, po nás ostať pocit hrdosti, spokojnosti a priateľstva, pocit, že niekto pricestoval z ďaleka, aby ich navštívil, posedel s nimi, žil načas vedľa nich, spoznal ich každodennú prácu, pomohol pri nej a skúsil preniknúť do tajov ich kultúry. Dôležité je, aby z nás cítili rešpekt a pochopenie pre to, že aj keď žijeme odlišne, na iných miestach a iným spôsobom, naše spôsoby života majú jedinečnú hodnotu.

Západná kultúra však spôsobuje problémy. Pociť nadradenosti západnej civilizácie nad ostatnými kultúrami je pevne zakorenený v našej spoločnosti. Spôsob života rozšírený v roz-

vinutých Západných krajinách sa importuje do všetkých kútov planéty ako vzorový model, vďaka ktorému sa vytvárajú nové trhy pre našu ekonomiku. Pre nás je nevyhnutné položiť si otázku, či je spôsob života, ktorým žijeme skutočne natoľko dokonalý, že by mal nahradiť všetky ostatné spôsoby života a kultúry existujúce na Zemi. Mali by sme sa začať učiť vnímať to, čo robí iné kultúry trvalo udržateľnými a čo dáva ich životu iný druh kvality.

Ak dokážeme cestovať pomalšie a hlbšie, môžeme sa naučiť mnoho od odlišných kultúr a spoznať život v spoločnostiach, ktoré žijú odlišným spôsobom, bez toho aby sme ich narušili alebo úplne zničili. Ľudia, ktorých stretneme môžu žiť v odlišnom prostredí, pestovať odlišné plodiny a hovoriť iným jazykom, a to všetko nám umožňuje pochopiť, že svet je taký veľký a taký rozmanitý, ako si len dokážeme predstaviť. Všetci sme súčasťou nesmiernej rôznorodosti. Všetci ľudia, všetky živé organizmy, všetky druhy, všetci žijeme vďaka schopnosti prispôbiť sa miestnym podmienkam.

### Industriálny turizmus – väčšie vzdialenosti, menšie rozdiely

Čo nás však dnes núti cestovať tak rýchlo a tak povrchné? Je to predovšetkým šíriaca sa monokultúra, ktorá pretvára svet podľa uniformnej šablóny. Vzdialenosť medzi našim domovom a miestami, ktoré sú natoľko odlišné, že dokážu uspokojiť našu túžbu po novom poznaní, nevyhnutne narastá. Pred sto rokmi človeku stačilo prejsť oveľa menšiu vzdialenosť, aby stretol ľudí žijúcich iným spôsobom, v odlišných pod-





mienkach a s osobitou kultúrou. Industriálny proces, ktorý nazývame „pokrok“ spôsobil, že miesta, ktoré boli volakedy ďaleko, sú dnes blízko a stále viac sa podobajú jedno na druhé. Vytváranie monokultúry v ľudských aktivitách a stieranie rozdielov, ktoré spôsobujú prirodzené lokálne podmienky, majú na svedomí aj úbytok rôznorodosti, ktorá je to hlavné, po čom túži človek vydávajúc sa na cesty. Tí z nás, ktorí chcú zažiť miznúcu rôznorodosť dnes musia cestovať tisíce kilometrov, zatiaľ čo v minulosti by ich túžba bola uspokojená, ak by prešli do krajov vzdialených sto kilometrov od domova. Paradoxom je, že túžba mnohých ľudí po posledných ostrovoch pôvodnej rozmanitosti, sa pre tieto miesta stáva hrozbou. Spôsob, ako sa dostať z tohoto začarovaného kruhu je iba jeden – namiesto podpory globálneho turizmu, ktorý premieňa posledné jedinečné kultúry na výhodný byznis, musíme podporovať návrat rozmanitosti, lokálnej jedinečnosti a diverzity do miest blízkych našim domovom.

Všetky doposiaľ málo známe a civilizáciou nedotknuté miesta sa rýchle stávajú novým predmetom zisku pre cestovné kancelárie. Nezávislí cestovatelia a „dobrodruhovia“ (ktorí sa často na bežných turistov pozierajú s nadhľadom), zvyčajne ako prví vyšlapú cestu industriálnemu turizmu a keď prinesú domov správy o posledných pozemských rajských miestach, lavína dobrodružstva-chtivých ľudí ich čoskoro nasleduje. Netrvá dlho a ďalší rajský kus zeme padne za obeť hordám turistov chtivých obohatiť svoj rodinný album originálnymi snímkami. Tento proces sa odohral v indickej Goa, v Maroku, na Majorke alebo Juho-východnej Ázii. Samozrejme tí praví dobrodruhovia sú v tom čase už niekde inde, snažiac sa udržať krok pred zástupmi, ktorí ich nasledujú, hľadajú ďalšie „nepoškvrnené“, „autentické“ kultúry, čím sa bludný kruh točí ďalej a ďalej.

### Udržateľné cestovanie vyžaduje čas

Trvalo udržateľné cestovanie zbavené komercializmu vyžaduje veľa času. Skôr ako turizmus by sme ho mali nazývať putovanie. Púť je čosi, čo človeka duchovne pozdvihne. Nemá nič spoločné s náhlením sa a krčovitým konzumovaním zážitkov. Putovanie je alternatívou k rastúcemu počtu ciest, železníc a leteckej prepravy. V Indii od pradávna putujú tisíce ľudí trvalo udržateľným spôsobom. Na čas opúšťajú svoje komunity a vydávajú sa zväčša pešo na cestu počas kto-

rej často krát pobudnú v iných spoločenstvách, kde získajú nové skúsenosti a hosťiteľom na oplátku prinesú tie svoje. Je to tiež cesta ako sa šíria nové správy a poznanie. Samotná India však dnes láka množstvo západných turistov, ktorých spôsob cestovania s tým pôvodným nemá veľa spoločného. Pri hľadaní hlbšieho významu cestovania musíme začať vlastnou premenou tam, kde sme.

### Život prežitý naplno

To, čo mnohých ľudí zo Západu neustále kamsi poháňa je túžba žiť naplno. Čo to však znamená? Pomôžem si opäť osobnou výpoveďou môjho známeho:

„Čítim sa slobodnejšie odytedy čo nemám auto. Áno, keď jazdím na bicykli a prší jednoducho zmoknem. V tých okamihoch si na chvíľu opäť s láskou zaspomínam na moje auto, ale netrvá to dlho kým dorazím domov, prezlečiem sa, dám si šálku horúceho čaju a vychutnávam pocit uspokojenia, ktorý je neporovnateľne väčší ako po ceste autom. Auto bolo nepochybne pohodlné, teplé a hrala v ňom pekná hudba. Na druhej strane, dnes sa cítim zdravší, aktívnejší, živší a určite aj spokojnejší ako keď ma vozil stroj. Pohodlie je príjemné, ale na to aby ste ho mohli vychutnať potrebujete aj jeho opak. Skutočný pokrok by mal podľa môjho názoru umožňovať vyvážený život medzi pohodlím a nepohodlím – medzi námahou a oddychom, medzi úsilím a spokojnosťou, medzi nepohodlným chladom a príjemným teplom.“

Možno keby sme venovali viac času a úsilia práci na vytváraní spokojnejšieho a zmysluplnejšieho miesta z nášho domova, necitili by sme až také silné nutkanie „utiecť od toho všetkého“. Ak potrebujeme dovolenku, v tom zmysle ako nám ju ponúka industriálny turizmus, niečo s našim životom nie je v poriadku. (John Davies, hovorca spoločnosti Tramac raz úprimne priznal: „Chcem si zarobiť čo najviac peňazí, aby som si mohol dovoliť dovolenku na najkrajších miestach sveta ešte skôr, ako ich zničím.“) Ak chceme zmeniť spôsob nášho cestovania, musíme zmeniť spôsob nášho života. Nájsť odvahu opustiť nezmyselnú prácu, ktorej jediným cieľom je zarabanie peňazí. Ľudia, ktorí nežijú v sústavnom otroctve príkazov, zákazov, obmedzení a povinností, si nepotrebujú tak krčovito stisnúť svoj kúsok slobody počas dovolenky. Tento druh slobody je navyše draho vykupený slobodou druhých – lokálnych ľudí, ktorí sa stávajú závislými na cestovnom byznise

a možno budú čoskoro tiež potrebovať dovolenku na zotavenie sa od otrockej práce, ktorú k nim priviezla civilizácia. Šťastný a naplnený život je možný aj bez všetkého toho ničenia, biedy a škaredosti, ktoré prináša do celého sveta industriálna monokultúra. Jednoduchosť, skromnosť, nenáročnosť na materiálne prostriedky, ochrana a rozvíjanie rozmanitosti, to všetko sú kroky k životu, ktorý nám umožní znovunavrátiť cestovaniu jeho hlbší zmysel a nám samotným pocit plne prežitého života.

prekl. z *Do or die* no. 6.

*Voices from Earth First!*, mr.

„Znie to možno paradoxne, ale boli to predovšetkým kočovníci, pútnici, vandráci, tuláci a ľudia neusadení a večne migrujúci (mohli by sme povedať ľudia „bez koreňov“), ktorí pokladali zem za svoju matku. Oni, jej deti, mali pocit, že sa svojimi sezónnymi „ťahmi“ priamo podieľajú na jej svätosti. Neskorší tradičný zvyk predpokladal, že ľudia usadení vždy prejavia pohostinnosť k pútnikom a cestujúcim všetkých druhov, lebo títo ľudia boli sprievodcami potulného ducha zeme. Je známe, že filozofia sprevádzajúca životný štýl putujúceho človeka je vlastne filozofiou Herakleitovou: „Všetko plynie“. Každá rieka je podľa staroindického príslovia rovnako stará ako samotná Ganga; celá zem je prestúpená duchom, každá súčasť krajiny je týmto duchom oživovaná, a tak je nomádska rajská záhrada rozšírená po celom jej povrchu.“

Výhľad človeka usadeného je limitovaný. Jeho územie je obmedzené výhradne na najbližšie okolie. Tým, že sa usadený človek vzdal putovného života, zbavil sám seba mnohých skúseností potrebných pre ľudskú prirodzenosť.

Duch zeme, rovnako ako duch človeka, je však svojou prirodzenosťou tulák, ktorý svoju domestifikáciu neakceptuje navždy. Pokusy fixovať nejaký vrtošivý prírodný princíp sa určite budú znovu a znovu opakovať: duch môže určitú dobu akceptovať cesty, ktoré mu vnucuje ľudská prirodzenosť vo svojom materiálnom aspekte. Skôr či neskôr však dá prednosť vlastným cestám a vydá sa po nich. Zdá sa, že je potrebné, aby sme znovu uviedli do pohybu svojho ducha a znovu sa vydali na cestu hľadania. Aby sme znovu dokázali objaviť ducha zeme a posvätnosť miesta, musíme predovšetkým znovu objaviť pôvodnú citlivosť k prostrediu a k zemi.“

Blumfeld S.M.





Keď sa chce našinec dostať do Izraela, môže nasadnúť do lietadla a za pár hodín je tam. Neuvidí a nezažije však pritom to, čo zažili dve kamarátky Petra Herzfeldová a Hela Macková, ktoré sa v lete pred dva a pol rokom, ako osemnásťročné, hneď po skončení strednej školy samé vybrali spoznávať svet. Cestovali skoro šesť mesiacov – na bicykloch, stopom, vlakom a loďou, takmer vždy zadarmo. Hela skončila v Grécku,

ska, vegánska alebo vitariánska strava a všetky práce sa robia spoločne, na základe dobrovoľnosti a vzájomnej pomoci. Skoro vôbec tam nefungujú peniaze, nič sa nepredáva, za nič sa nemusí povinne platiť, nikto za svoju prácu nedostáva žiadne peniaze. Na jedlo sa zbierajú dobrovoľné príspevky. Ľudia sa snažia aspoň dočasne vytvoriť utopické spoločenstvo žijúce v harmónii s prírodou.

**Na stretnutí Rainbow ste sa rozhodli, že budete cestovať ďalej?**

rý nás odviezol nám daroval aj nejaké jedlo. Raz nás jeden dobrý človek v Grécku pozval na svoju záhradu, kde nestíhal zbierať bohatú úrodu. **Petra:** Vtedy sme si nabrali jedlo, našli sme jaskyňu pri mori a 2 dni sme tam vychutnávali krásu prírody.

**Prišli ste nakoniec na grécke stretnutie Rainbow Family?**

**Hela:** Áno, bolo to v strede ostrova Evia, v ho-



Petra sa dostala do Izraela. V jeden zimný podvečer sme sa pri čaji porozprávali o ich skúsenostiach s takýmto dobrodružným spôsobom cestovania.

**Dnes cestuje a spoznáva svet veľa mladých ľudí, no väčšina z nich sa pri tom radšej spoľahne na cestovné kancelárie, alebo rôzne pracovné agentúry. To, že sa dve 18 ročné dievčatá vydajú na cestu prakticky bez peňazí a na vlastnú päsť, už tak bežné nie je. Ako ste sa rozhodli pre toto dobrodružstvo?**

**Petra:** Ešte na strednej škole. Nevedeli sme sa dočkať kedy školu skončíme, pretože sme túžili po slobode a živote podľa vlastných predstáv, o čom na strednej škole môžete pochopiteľne iba snívať (študovali sme na obchodnej akadémii). Nemali sme presný plán a cieľ, vedeli sme však, že chceme skúsiť žiť samostatne a spoznať niečo nové.

**Hela:** Keď sme skončili školu, prišlo leto a dozvedeli sme sa o veľkom medzinárodnom stretnutí Rainbow Family – Rodiny Dúhy. Konalo sa v maďarských kopcoch pri dedine Bákonybel. Vybrali sme sa tam na bicykloch a dorazili po dvoch dňoch.

**Aký bol váš dojem zo stretnutia Rainbow Family?**

**Hela:** Keď sme tam išli, veľa sme o Rainbow nevedeli. Niečo nám povedali priatelia, vraj nejaký veľký letný festival prírodne orientovaných ľudí. Keď sme tam v tme dorazili, bol to, ako by sme sa ocitli v rozprávke. Veľká lúka v krásnych lesnatých kopcoch, množstvo horiacich ohňov, indiánske stany tipi, od všadiaľ znela živo hraná hudba najrôznejších kultúr – bubny, gitary, husle, dudy, didžeridu, harmoniky a množstvo iných nástrojov, no a hlavne plno krásnych slobodných ľudí – ľudia na cestách, potulní umelci, ľudia milujúci život v prírode, ekologicky a duchovne orientovaní ľudia, proste ten druh ľudí, s ktorými sme si hneď rozumeli.

**Petra:** Na letných stretnutiach Dúhovej rodiny sa účastnia stovky až tisíce ľudí z celého sveta, ktorí žijú bez elektriny, pod šírkom, v stanoch, jednoduchých prístreškoch alebo indiánskych tipi. Žije sa veľmi jednoducho, bez moderných technológií, pripravuje sa spoločne vegetarián-

## Cestovanie bez peňazí



**Petra:** Na Rainbow sme spoznali mnoho ľudí, ktorí žili niekedy aj celé roky na cestách. Počúvali sme ich rozprávanie a pripadalo nám úplne prirodzené skúsiť niečo podobné. Navyše sme sa dozvedeli, že po skončení stretnutia v Maďarsku sa koná ďalšie podobné stretnutie v Grécku. Vybrali sme sa tam štyria – my dve s dvoma kamarátmi, ktorých sme na Rainbow stretli.

**Ako ste sa dostali do Grécka?**

**Hela:** Bicykle sme poslali domov a cestovali sme stopom, niekde, najmä cez Rumunsko aj vlakom, väčšinou bez lístkov.

**V Rumunsku sa dá cestovať bez lístkov?**

**Petra:** Nemali sme peniaze na lístky, tak sme nasadli do vlaku a snažili sa dohodnúť so sprievodcom. Kamarát napríklad vyrábala ručne pletené náramky a iné ozdoby, ktoré sprievodcom ponúkal namiesto peňazí. Niekedy si ich zobrali, niekedy sa nechali prehovoriť, niekedy nás vyhodili z vlaku. Počkali sme na ďalší a nasadli naň.

**Hela:** O Rumunsku u nás kolujú niekedy také správy, že je to nebezpečná krajina, všade sa kradne atď. My sme mali iné skúsenosti – keď miestni ľudia spoznali, že nie sme žiadni bohatí turisti so západu, ale ľudia chudobní rovnako ako oni, boli veľmi priateľskí. Rumuni milujú hudbu a keď sme niekedy na staniciach hrávali na bubon, flautu a spievali, miestni za nami chodili, nosili nám jedlo a spievali a tancovali s nami.

**Ako dlho Vám trvalo kým ste týmto spôsobom docestovali do Grécka?**

**Hela:** Cestovali sme cez Rumunsko a Bulharsko. Asi 10 dní.

**Kde ste spávali, čo ste jedli?**

**Petra:** Spávali sme vo vlakoch, v parkoch, pri železničných staniciach, v našich spacákoch. Jedli sme rôzne – niečo jedla sme si zobrali so sebou ešte z Rainbow stretnutia, kde po skončení zostali zásoby jedla, ktoré nemal kto zjesť. Naš priateľ Andy bol majster v pýtaní jedla – z pekárni dokázal po záverečnej vypýtať starý chlieb a pečivo, v reštauráciách olej, na trhoch ovocie a zeleninu. Niekedy nás pohostili miestni ľudia. Jedlo sme prakticky vôbec nemuseli kupovať.

**Hela:** Keď sme už boli v Grécku, bolo to ešte lepšie. Pri cestách sme nachádzali množstvo divorastúceho ovocia – hrozno, figy a mandle. Stávalo sa aj to, že sme stopovali a človek, kto-

rách, opäť krásne miesto obklopené lesmi, mimo civilizácie. Keď sme prišli, práve sa končila 2-týždňová očista – ľudia na stretnutí počas tohto obdobia jedli iba prirodzené, nevarené jedlo, nefajčili sa, nepili alkohol, nepoužívali soľ ani káva. Niektorí ľudia sa odobrali osamote do okolitých lesov, kde držali pôst. Bola tam veľmi zaujímavá atmosféra.

**Petra:** Príroda okolo bola krásna – tiekla tam rieka s červeným bahnom na dne, takže to vyzeralo, akoby bola tá voda červená. Boli tam krásne vodopády, biele mramorové kamene pri rieke, okolo lesy, kopce. Skutočný raj.

**Hela:** Jedlo sa kupovalo za spoločné peniaze z neďalekej bio-farmy, spávali sme pod holým nebom. To bolo na konci septembra.

**Čo ste robili po skončení stretnutia?**

**Hela:** Chceli sme nájsť prácu, brigádu. Chodili sme aj so skupinou priateľov po farmách, mestech a dedinkách. Nemali sme však šťastie a nakoniec sme skončili v Aténach – tam sme hrávali na uliciach – bubny, flauta, spev, tak sme si zarobili nejaké peniaze. Spávali sme u známych a istý čas aj v jednom opustenom prázdnom hotely. Našli sme supermarket, ktorý každý deň vyhadzoval množstvo dobrého jedla, tesne po záruke – jogurty, chlieb, ovocie.

**Petra:** Ja som v Aténach predávala vrecúška, ktoré som na cestách sama háčkovala. Našla som veľký trh, kde sa predávalo všetko možné, zobrala som vyhodenu krabicu, prikryla ju šatkou a na nej som rozprestrela vrecúška.

**Ako dlho ste ostali v Grécku?**

**Petra:** Niekoľko týždňov, no potom sme sa rozdelili. Ja som pokračovala ďalej do Izraela, kde sa konalo ďalšie stretnutie Rainbow family. Hela ostala v Grécku so skupinou priateľov.

**Hela:** Neskôr som sa tam náhodou stretla s jednou veľmi milou rodinkou – žili s malou dcérkou na jednom gréckom ostrove a vyrábali bubny, ktoré potom predávali. Bývala som u nich a učila som sa u nich robiť bubny. Keď išli na víťazstvo domov (on bol Francúz, ona Švajčiarka), odišla som aj ja – naspäť na Slovensko.

**Petra, ako vyzerala tvoja cesta do Izraela?**

**Petra:** Všetky v Grécku zarobené peniaze som dala na lístok na loď, ktorý stál 100 dolárov. Keď





som sa doplavila do prístavu, požičala som si telefónnu kartu a zavolała som na kontaktné číslo, kde som sa dozvedela, kde presne je stretnutie Rainbow. Konalo sa na skalnatej púšti, kde boli najmä pieskové hory a jaskyne. Dost' nehostinné prostredie, sucho, veľké horúčavy. Ostala som tam 7 dní a vybrala sa stopom ďalej – k mŕtvemu moru a k vodopádom Engedy. Potom som prišla do mesta Jeruzalem. Na jeho okraji sa nachádzala malá osada, kde žila komunita ľudí, ktorí obsadili opustené arabské domy, ktoré tu ostali po bývalých obyvateľoch, ktorí odišli počas vojny. Tu som pobudla niekoľko dní a pokračovala ďalej do Tel Avivu. Bývala som v hosteloch a u ľudí, ktorých som spoznala na ceste. Hľadala som si brigády, predávala som napríklad v stánku, čistila kajuty na lodi. Peniaze som skoro vôbec nemínala – jedlo som mala väčšinou zadarmo – po skončení potravinových trhov v meste sa na nich dalo nájsť množstvo dobrého jedla. Našetrila som si asi 12 000 korún, za ktoré som cestovala naspäť.

**Samotné dievča na cestách v neznámej krajine – nebolo to niekedy trochu nebezpečné?**

**Petra:** Samozrejme, netrúfala by som si žiadnemu dievčaťu odporučiť, aby takto cestovalo samo. Ja som sa našťastie nedostala do žiadnej vyslovene nebezpečnej situácie. Maximálne tak slovné obťažovanie niektorých vodičov na stope. Možno to bolo riskantné, no mám viacero kamarátok zo zahraničia, ktoré tiež cestujú samotné. Ťažko povedať.

**Keď sa dnes pozeráte na svoju cestu, čomu vás naučila? Myslite, že podobné skúsenosti a zážitky môže získať aj človek, ktorý cestuje s cestovnou agentúrou?**

**Petra:** Cestovanie na vlastnú päsť je poriadna lekcija. Naučilo ma byť samostatnou, spoliehať sa na seba. Tiež ma naučilo trpezlivosti – nesnažiť sa robiť veci nasilu alebo príliš rýchlo, nechať skôr nech sa všetko vyvíja samo, prispôbiť sa okolnostiam. No a som rada, že som dokázala to, čomu mnoho ľudí neverí – že nepotrebuje veľa peňazí na to, aby ste spoznali svet.

**Hela:** Byť na ceste je úplný pocit slobody. Človek tiež získava odstup od života, ktorý žil pred tým, čo mu umožní vidieť rôzne veci z inej perspektívy.

**Petra:** S cestovnou kanceláriou niečo také zažiť nemôžete. Keď cestujete s agentúrou, zaplatíte si a všetko máte pripravené, všetko je naplánované a čaká na vás – doprava, ubytovanie, jedlo, prostredie. Keď cestujete sami, ste odkázaní na seba, častokrát neviete, čo bude zajtra, kde budete spať, čo jesť, ocitnete sa bližšie obyčajným ľuďom, vidíte život v jeho skutočnej podobe a tiež drsnej krásy. Nedá sa to vôbec porovnávať.

**Neláka Vás vydať sa opäť na cestu?**

**Hela:** Ja sa chystám čoskoro vyraziť, tentokrát do Španielska.

**Petra:** Ja som si našla svoj spôsob života tu na Slovensku, kde sa cítim teraz spokojná a mám tu čo robiť. Zatiaľ cestovať neplánujem, no nič nevylučujem.

**Ďakujem za rozhovor.**

*Pýtal sa Matúš Ritomský*

## Pútnici s ľahkým srdcom

*Turistika. Slovo, ktoré znamená málo a je rovnako bez obsahu ako slovo svet.*

*TOUR – francúzsky cesta okolo niečoho, prechádzka i vychádzka, ale tiež veža, otáčka, obrat, koleso, obvod, objem, okruh, povaha, príčesok, brucháč, tlšťoch. Mnoho významov, mnoho je i turistík a turistov. Dlhá rada od tých, na ktorých leží duch tiaže, mamonu a neslobody až po ľahkonohých vtáčikov.*

Tých prvých neľutuj. Svoj žarnov si ešte platia: predali svoju neschopnosť postarať sa o seba cestovným kanceláriám. Nešťastníci! Trest si odpykávajú ihneď. Lietajú s nimi v kovových bedniach po celom svete a sekundy ich pohánajú z letísk do hotelov a z hotelov k letiskám. Iní sa nechávajú voziť v plávajúcich bedniach, alebo v slnkom rozpálených autokaroch. Jedno majú spoločné: vracajú sa domov nie veľmi osviezení, s pocitom, akoby zmiešali lahodné raňajky, obed a večeru v jednom koryte a brečku naraz vypili. Odvážnejší brucháči nasadajú do svojich, výbušnými motormi poháňaných, páchnucich strojov. Duch ťažoby potom na nich sedí od začiatku do konca. Hory nad nimi svietia na slnku, lesy na úbočiach sa prevažujú vo voňavých vetroch ako morské lúky, ale márne lákajú, asfalt pripútava, nepustí a sťahuje k zemi. To nie sú praví pútnici, podriadili sa hmote.

Potom sú tu vodní turisti, cyklisti, horolezci. Nádherní pútnici, ale ani oni nemôžu ísť všade. Ich duch voľne vanie, ale telo je pripútané k vodám a lodkám, cestám a kolesám, skalám a lánám. Nie sú ľahkí, viem to, patrili som medzi

nich. Cestovateľské, prírodovedecké a vysokohorské expedície už dnes nie sú putovaním. Tony železa, povinností, jedál a zodpovedností znemožňujú ľahkosť a radosť.

Mnoho druhov turistov som vynechal, veď stále platia slová starého Irenea zo Symrny o tom, že „Boh určite nie je taký chudobný, aby každému pútnikovi nemohol požičať jeho vlastnú dušu“. Budem však písať o najľahších pútnikoch. O šlachte, často chudobnej a divokej, medzi turistami. O vtákoch medzi pútnikmi. O tých, ktorí sú ešte dnes schopní vydať sa na cestu do neznámych hôr a lesov iba s tým, čo odnesú, bez obáv ako skončí deň a aké budú tie ďalšie. Putujú v slnku a daždi, o samote alebo v spoločnosti, ľahko, bez starostí. Chudoba – najväčšia sloboda. Podávajú si tak ruky s dávnymi bratmi, ktorí v umbrijskom slnku, thébskych pieskoch alebo tibetských vetroch chodili iba s čistou myslou, žobráckou miskou a špagátom okolo bedier. Je to prastaré vábenie. Už pred tisícami rokov sa kvôli nemu vydávali ľudia do púští, do najchudobnejších a najslobodnejších krajov.

U nás nie je možné chodiť do púští. Tí, o ktorých píšem chodia do hôr a lesov. Skupina chlapcov a dievčat. Väčšinu krajov prejdú iba raz. Kam prídu tam si ľahnú, kde sa im páči, tam ostanú dlhšie. Čo nájdu, to zjedia, stany väčšinou nenosia. Mnoho ľudí by takáto existenčná neistota zahubila, ale im prospieva. Neistota zachová duševnú pružnosť a jas. Nevedia aký je deň ani hodina, chorobami trpia zriedkavo, ak zmoknú, neskôr uschnú. Je to jednoduché. Sú odkázaní sami na seba a ich pýchou je rovnováha medzi mnohodennou sebestačnosťou a čo najľahším batohom. Dodáva to sebavedomie a pútnici sa môžu odvážať aj do odlahkých krajov, kam

ťažoba a pohodlie, opatrnosť a pahľnosť, ostatných turistov nepustia. Dlho sa však treba učiť ako zmieriť sebestačnosť a ľahkosť! Je to však nevyhnutné, pretože iba pri ľahkom batohu môže duša opustiť telo a poletovať nad ním vo vetre a v radosť, ktorá je zmyslom ľahkých, ďalekých ciest. Duch najlepšie lieta po horách, ak je ruksak tak ľahký, že ho unesieš na jednom ramene.

Mnoho užitočných vlastností učí putovanie. Skromnosť. Nezávislosť. Vyrvalosť. Prekonanie strachu, skleslosti tela aj ducha. Úctu k zemi aj domorodcom. Poznanie kraja tak dôkladne, ako keď mravec ohmatáva tykadlami. Pri putovaní sa nádherné spomalí čas, rozloží sa na okamihy, žiješ v inom rozmere.

Tvár mi doteraz žiari. Stále sa mi zdá, že krásu putovania popisujem iba matne a vlažne. Ostáva však posledná, najvyššia karta. Čo je na putovaní najopojnejšie? Sloboda! Uchvacujúci prúd slobody, od sladkého ranného nadýchnutia až po večerné zaspávanie. Cesta Ti dá slobodu!

Neznáme pohorie. Sedíš na holom hrebeni, pofukuje striebřitý vietor. Samota je úplná, sú také pohoria. Kam sa vydáš? Nikde pre teba nie je prichystané lôžko, nie je objednané jedlo. Predsa však vieš, že sa vždy vyspiš a ani od hlady nezomrieš. Na ktorú stranu pôjdeš? Môžeš ísť kdekolvek, si slobodný. Zablúdiť nemôžeš, kam prídeš, tam je tvoj cieľ. Z lesov vanie chlad, kdesi v nich je tvoja dnešná posteľ, je tam i voda, ktorej sa napiješ. Vstaneš, ako zvierat chytiš vietor nosom. Potom príde okamžik slobody, ktorý sa nedá zaplatiť, priletiť ako šíp. Náhle vieš kam pôjdeš. Neznámo pred tebou, neznámo za tebou, sladká, nebeská sekunda slobody!

*Miroslav Nevrlý, Karpatské Hry*



# Pri každom kroku

V jednom meditačnom centre, pri vstupe na meditačnú cestu stojí veľký kameň, na ktorom je vytesané „Bo bo thanh phong khoi“, čo znamená: „Pri každom kroku sa zdvihne vánok.“ Aké krásne a veľké slová! Čerstvý vánok znamená zážitok mieru a oslobodenie odnášajúce preč ťažobu smútku prítomného v kolobehu zrodení a umieraní. Čerstvý vánok prináša do vášho života radosť a slobodu.

Drahý priateľ, prečo neskúsiť takú chôdzu? Prečo neprospieť svetu?

*Thích Nhất Hạnh, A Guide to Walking Meditation*

autor je budhistický mních a mierový aktivista

## Ľudská cesta

Človek umožní ľuďom za niekoľko málo hodín prejsť krajinou a nemusí pri tom urobiť ani krok, za niekoľko málo hodín obletieť Zem, a nemusí pri tom ani prstom pohnúť.

Stroj ho odvezie, stroj ho odnesie na svojich krídlach. Stroj kráča miesto neho. Tisíckrát rýchlejšie, ako by on sám mohol. Cesta merajúca 5 kilometrov, 20, 70, 200, 1000 alebo 10000 kilometrov nie je otázkou nôh, telesnej sily, času alebo výdrže, ale otázkou motora, pohonnej hmoty, peňazí.

Cesta pre človeka už nie je cestou. Nechodí po nej. Prevezie sa po nej alebo ju preletí. Lenže chôdza je primeraná človeku, jeho nohám, jeho očiam, jeho zážitkom. Cesta, ktorú človek prechádza pešo, mu umožňuje spamätať sa, stať sa človekom a zostať človekom. Človek sám je ako cesta. Ustavične sa niekam uberá. Všetko na ňom, v ňom, okolo neho, prostredníctvom neho je ako kráčanie po ceste.

Všetko je cesta.

Preto je nevyhnutné, aby človek chodil. Kolko len môže. Dennodenne. Aj dlhé cesty. Čím viac bude chodiť, tým väčšmi môže byť človekom a človekom sa stať.

*Fritz Giglinger, Môj Brat František*

autor je františkánsky kňaz a propagátor života blízkeho prírode

## Chôdza a tesanie do kameňa

„Nezáleží na tom, ako rýchlo dosiahnem cieľ, ale čo objavím po ceste.“

Keď som bol mladý, čosi viac ako 20 ročný, s priateľom sme sa vydali na pešiu cestu, počas ktorej sme chceli prejsť na vlastných nohách viac ako tisíc kilometrov. Vybrali sme sa naprieč Angliou od Land's End po John o'Groats. Dôvodom pre našu chôdzu bol duch mladosti, túžiaci po dobrodružstve, objavovaní zmyslu a skrytých ciest života.

Po dvoch alebo troch týždňoch

chôdze sme si zvykli prekonávať dlhé vzdialenosti. Každým dňom sa pochod viac premieňal na meditáciu. Boj so sebou samým, vstávanie, jedenie, zbalenie vecí a chôdza, to všetko sa stávalo viac a viac automatické, takže zostávalo stále viac priestoru pre myšlienky, rozhovory a vychutnávanie samotnej cesty. Najviac sme sa rozprávali o tom, čo bude na konci cesty: koľko kilometrov prejdeme, koľko dní nám to bude trvať. Medzi obľúbené témy patrilo aj opisovanie toho, ako sa vykúpeme v horúcej vode. Kráčali sme tak rýchlo, ako sme vládali. Bol som prekvapený, ako sa naše telá dokázali vyrovnat s námahou.

Keď sme dorazili do cieľa v John o'Groats, cítil som sa zvláštne. Cesta skončila a v mojom vnútri bolo prázdno. Sadol som si a pozeral pred seba. Bol som mladý a čakal som, že na konci cesty niečo nájdem. Uspokojenie alebo skrytú pravdu.

Niekoľko rokov neskôr som pešo kráčaľ na vrcholce hôr v Himalájach. Snažil som sa na ne vystúpiť príliš rýchlo a ochorel som v dôsledku dehydratácie a zmeny nadmorskej výšky. Strávil som 3 dni na posteli v oddychovom tábore. Keď som sa zotavil, pripojil som sa k mužovi z Číny, ktorý išiel mojou cestou. Kráčali sme veľmi pomaly. Muž každú chvíľu na ceste zastavoval. Rozhliadal sa okolo, prezeral si všetky rastliny pri ceste, ukazoval mi horské štíty a priesmyky, rozprával sa s ľuďmi, ktorých sme stretávali po ceste. Po nespočetných zastaveniach sme na konci dňa prešli iba čosi viac ako jednu míľu. Keby som bol zdravý, tento pomalý pochod by ma frustroval a jedine moja choroba ma nútila ostávať s tým mužom.

Po niekoľkých dňoch som si však zvykol na jeho spoločnosť a čoskoro som z nej začal mať dokonca radosť. Vychutnával som prirodzený rytmus dňa a obľúbil som si aj jeho okuliare, ktoré vyťahoval vždy, keď sa zaujímal o objav niečo nové pri ceste. Obľúbil som si spôsob, akým mi ukazoval kvetiny, ktoré v takýchto výškach mali inú farbu, ako kvetiny rovnakého druhu rastúce v údoliach. Jedného dňa, keď sme sedeli a oddychovali, povedal: „Sú dva druhy horolez-

cov. Prví lezú, aby dosiahli vrchol, druhý preto, aby objavili to, čo je pri ceste.“ Táto jednoduchá pravda mi povedala mnoho nie len o chodení, ale aj o rôznych prístupoch k životu. Naučila ma novému prístupu aj v práci, ktorú som robil – vytesávaní do kameňa.

Pri tesaní do kameňa sa dnes nahrádza ručná práca strojmi, napríklad pneumatickým dlátom. Stroje sú však hlučné a nemajú cit. Pri mojej práci sa stávajú prekážkou v transformovaní myšlienok a citov z mojej mysle do kameňa. Tesáť do kameňa výlučne rukou dnes znamená ísť proti „modernému spôsobu.“ Moderný spôsob, prach a otrasy, ktoré spôsobujú pri práci stroje, však nejdneho sochára donútili vzdať sa svojho remesla.

Na ceste z Land's End do John o'Groats je otláčených milión stôp, do sochy je vytesaných milión úderov kladivom. V skutočnosti málo záleží na tom, ako rýchlo dosiahnem cieľ, cenu má to, čo sa naučím po ceste. Každý úder kladivom odráža môj pocit, každý krok je otlakom mojej mysle.

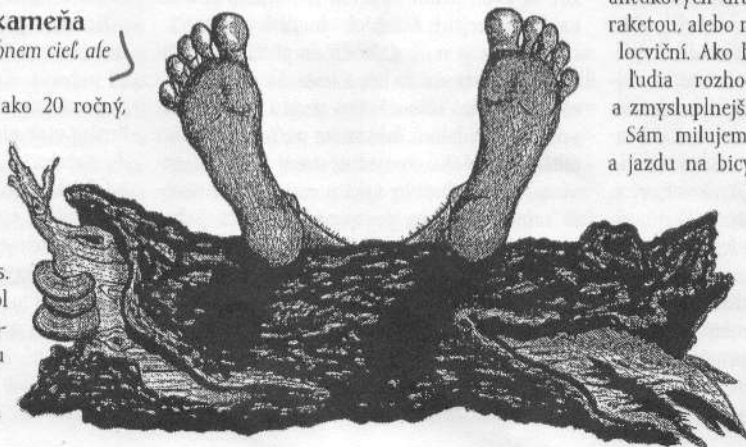
Pätnásť rokov od nášho pochodu do John o'Groats sa môj prístup k životu zásadne zmenil. Možno to súvisí s prechodom od netrpelivosti dvadsaťročného mladíka k filozofujúcemu pokoji tridsiatnika. Nech je to akokoľvek, dnes plávam proti prúdu uháňajúceho času. Nesnažím sa dostať z A do B tak rýchlo, ako je to možné. Snažím sa o iné – ísť po ceste najpomalšie ako dokážem.

*William Peer, Resurgence No 207*  
autor pracuje ako sochár

## Aktívny pohyb v meste

Častokrát som premýšľal nad zvláštnym správaním moderných ľudí. Do práce sa vozia autom, obetujúc pritom svoj čas a zdravie v každodenných zápachoch, obklopení hlukom, znečisteným vzduchom a nervozitou. Keď však prídu z práce domov, v súlade s novým trendom zdravého života si oblečú tepláky a vyrazia športovať. Jediným cieľom športovania je nahradiť si chýbajúci pohyb a tak behajú monotónne dookola antukových dráh, naháňajú loptu s tenisovou raketou, alebo navštevujú uzavreté priestory telocviční. Ako by mohli mestá vyzerať keby sa ľudia rozhodli robiť veci prirodzenejšie a zmysluplnejšie!

Sám milujem pohyb, chôdzu, beh, plávanie a jazdu na bicykli. Do určitého času som tiež týmto aktivitám vyhradzoval osobitný čas, chápal som ich ako niečo, čomu sa môžem venovať, keď ukončím každodenné povinnosti. Časom som pochopil, že aktívny pohyb môže byť súčasťou každodenného života. Odvtedy športujem pri každej príležitosti. Na cesto-







# s a z d v i h n e v á n o k

vanie do práce som prestal používať autobus – začal som do nej behať. Keď si pospím trochu dlhšie a mám málo času použijem bicykel. V práci sa osprchujem, prezlečím a začnem deň s väčším elánom, ako kolegovia zničení rannými tlačenicami v autobusoch alebo zápchami na cestách v rannej špičke. Vlastné nohy ma spoľahlivo odnesú aj do obchodného centra vzdialeného 3 zastávky od môjho domu, alebo na úrad, keď treba niečo vybaviť. Aby mohol človek behávať v meste nepotrebuje veľa – bežecké topánky, pohodlný odev, ruksak, ktorý dobre sadne na chrbát a chuť rozhybať svoje zdegenerované telo.

Keď si niekto myslí, že strácam čas, veľmi sa mylí. Zdravie a radosť v mysli, ktorú získavam sa dajú ťažko vyčísliť. A ušetrim veľa času tým, že nemusím vyhradzovať v svojom živote osobitné miesto „tréningom“, pretože šport sa prirodzene stal súčasťou môjho života. Do krytých plavárni už nechodím, o to viac si vychutnávam plávanie v jazerách, len čo sa voda trochu oteplí. Behať som si zvykol po celý rok, aj v zime, keď nasneží. Niekedy objavujem nové cestičky, chodníky, spoznávam skryté zákutia Bratislavy. Niekedy popri tom, ako behám premýšľam a nechám sa unášať fantáziou – ako by vyzeralo mesto, v ktorom by ľudia začali používať svoje nohy, tak ako to chcela príroda? Predstavujem si čistý vzduch, spev vtákov a červené líca zdravých ľudí, ktorí sa s úsmevom míňajú pri chôdzi či behu do práce, alebo za inými povinnosťami. Ja som už začal. Nehcete sa pridať?

*Roman Tóth*

*autor býva v Bratislave a viac ako 15 rokov chodí (nie len) do práce pešo alebo na bicykli.*

„Pred niekoľkými rokmi som sa rozhodol nejazdiť do práce autom, ale chodiť pešo. Cesta do práce sa stala príjemným zážitkom – žiadne dopravné zápchy alebo starosti s parkovaním – tu a tam som si dokonca zašiel na kávu s priateľmi. Oveľa dôležitejšia však bola skutočnosť, že sa zmenilo moje vlastné vnímanie vzdialenosti. Kanceláriu som mal dvadsať blokov od domu, teda asi tridsať minút chôdze. Zistil som, že prekonať túto vzdialenosť je nesmierne ľahké. Netušil som, že moju predchádzajúcu predstavu vzdialenosti vytvorila technika. Svoje znalosti som získal na základe jazdy autom. Duševne a fyzicky som sa stal automobilovým človekom. Neskôr som prepojal zážitok vzdialenosti s fyzickou skúsenosťou svojho tela. Skutočná vzdialenosť sa tak stala skúsenosťou osobnou a nie mechanickou, akoby mimo moje telo.“

*Jerry Mander*

## Chôdza a cestovanie

Chôdza je aktivita, ktorá prináša veľa radosti. Je tiež jedným z najlepších spôsobov precvičenia tela. Očisťuje myseľ. Deň strávený chôdzou kon-

čí sladkým spánkom. Ľudia kráčajú v priemere rýchlosťou tri až štyri míle za hodinu. Nie je nezvyčajné, keď za deň človek prejde viac ako 20 míľ. Cestovatelia by mali znovuobjaviť radosť z chôdze a naučiť sa ju využívať čo najčastejšie. Chôdza šetrí peniaze a udržuje telo v zdraví. Samozrejme, ak opustíte domov v dobrej fyzickej kondícii, ušetríte si počiatočné problémy. Odporúčam mesiac alebo dva pred začatím cesty, chodiť každý druhý deň s batohom na chrbte – batoh by mal byť rovnako ťažký, aký bude počas vašej cesty a chôdza by mala trvať aspoň dve hodiny. Chôdza po asfalte či inom rovnom povrchu je menej namáhavá, ako po prírodnej krajine. Ak plánujete chodiť v divočine, zaoberajte si dobré, nepremokavé topánky so spevneným členkom. Čím ľahšie, tým lepšie. Ak kráčate na slnku, nevyhnutnosťou je ľahký vzdušný klobúk na ochranu pred úpalom.

*Erik Scott, cestovateľ*

## Aktívne zdravie – Princíp rovnováhy

Jedným zo základných princípov vesmíru je princíp rovnováhy. Ak by bola Zem o pár kilometrov bližšie k slnku, bolo by na nej hotové peklo. Ak by bola o pár kilometrov ďalej, bola by z nej neobývaná mrazivá púšť. Na svojom terajšom mieste, v rovnováhe ideálnej vzdialenosti od Slnka, má naša planéta dokonalú polohu na umožnenie pozoruhodného rozšírenia mnohorakých foriem života. Každá čiastočka nášho sveta, akokoľvek drobná, ak má správne fungovať, musí byť tiež v stave úplnej rovnováhy.

To isté platí pre naše telo.

Ľudské telo je časťou vesmíru, ktorej bolo predurčené, aby bola v dokonalej rovnováhe. Človek je usposobený tak, že potrebuje isté množstvo pohybu. Rovnováha získaná pomocou pohybovej aktivity umožňuje dosiahnuť stav aktívneho zdravia.

Podľa môjho názoru odzrkadľuje tento princíp rovnováhy iba pradávné funkcie, na ktoré bolo ľudské telo usposobené. Spomeňme si na našich predkov a ľudí žijúcich ešte dnes v primitívnych spoločenstvách. Telesne boli veľmi aktívni: lovci v skupine často ubehli mnoho kilometrov, kým vystopovali zver. Neustále sa pohybovali aj pri zbieraní dreva, plodov, nosení vody alebo inej činnosti. Ich organizmus bol vytrénovaný na enormné zaťaženie počas dlhých pochodov a na dosahovanie telesných výkonov, ktoré sa nám v porovnaní s našimi možnosťami zdajú div nie nadsúhlasné.

Isté je, že sme dosiahli veľký pokrok v oblasti vedy a techniky. Niektorí môžu tvrdiť, že sme sa dostali veľmi ďaleko pri budovaní dokonalejšieho politického a spoločenského systému. Ale pokiaľ ide o telesnú vytrvalosť a zdatnosť, za našimi predkami sme zaostali o svetelné roky. V našej súčasnosti – napriek dvíhajúcej sa vl-

ne záujmu o zdravie a telesný výzor – má väčšina ľudí sedavé zamestnanie. Chodia len z parkoviska alebo autobusovej zastávky do svojho úradu, tam od počítača k chladničke či do bufetu a okrem príležitostných tenisových alebo golfových „záchvatov“ cez víkendy je to takmer celá pohybová aktivita.

Náš organizmus však nie je usposobený na taký nedostatok pohybu a najnovšie lekárske výskumy potvrdzujú tento názor. Pohybová aktivita spevňuje kosti, vytvára pozitívne duševné stavy, zlepšuje krvný obeh a zvyšuje ochranu proti srdcovým chorobám. Zdá sa mi preto, že keď sa vrátíme k telesnej činnosti bežnej u ľudí žijúcich na primitívnom stupni vývoja – činnosti tak zúfalo potrebnej aby telo a myseľ mohli správne fungovať – budeme na najlepšej ceste k dosiahnutiu aktívneho zdravia.

*Dr. Kenneth H. Cooper,*

*autor patrí k známym propagátorom telesného pohybu v USA*

## Doprava z permakultúrneho pohľadu

Vlaky nie sú priateľské prírode, majú iba menší ekologický dopad ako autá. Prvú voľbou by preto nemalo byť rozhodovanie medzi dvoma druhmi zla, ale snaha zariadiť svoj život tak, aby sme za prácou, do obchodov, do škôl a podobne museli cestovať čo najmenej. Pre mnohých ľudí to znamená žiť v meste. Myšlienka, že permakultúrnym ideálom je život v krajine, platí iba pre menšinu ľudí, ktorí chcú žiť skromne a sebestačne.

To je permakultúrny princíp prepojenia. Prepojenie funguje iba ak umiestnime všetky zložky systému čo najlepšie. Permakultúrny dizajn nášho spôsobu života začína tak, že sami seba umiestnime na miesto, kde potrebujeme čo najmenej ciest vykonávať spaľovaním fosílnych palív.

Nejazdiť autom je najdôležitejšia zmena, ktorú mnohí z nás môžu vykonať. Nie všetci to však dokážu uskutočniť zo dňa na deň, preto dobrým začiatkom môže byť vytvorenie spoločenstva susedov alebo priateľov, ktorý sa spoločne delia o jedno auto. Takéto spoločenstvá dobre fungujú v Británii a v Nemecku.

Cestovanie lietadlom je ešte viac deštruktívnejšie ako jazda autom. Nie iba kvôli tomu, že lietadlo spotrebuje oveľa viac paliva, ale aj preto, že vo vyšších vrstvách atmosféry, kde lietadla lietajú, má spaľovanie fosílnych palív oveľa drastickejšie účinky. Bolo vypočítané, že každá osoba, ktorá letí lietadlom z Británie na Floridu spotrebuje behom jediného letu svoj celoživotný limit v produkcii oxidov uhlíka, ktorý by mal každý človek na Zemi dodržať, ak chceme stabilizovať Zemskú klímu. Ja osobne som sa rozhodol nikdy nepoužiť lietadlo.

*Patrick Whitefield*



# Kam za ekologickou dovolenkou?

## O jednom veľkom byznise

Podľa archeológov sa ľudia začali pohybovať po krajine, ako turisti, niekedy pred 4000 rokmi. Starogrécki hrdinovia cestovali v jednom kuse a Gréci ich v tom neskôr napodobňovali. Tiež Rimania často opúšťali svoje domovy. Bohatšie rodiny trávili leto na južnom pobreží apeninského poloostrova, neskôr začali navštevovať tiež grécke a egyptské pláže. Ale skutočná masová vlna turizmu prišla až začiatkom 60. rokov dvadsiateho storočia, najmä v dôsledku rastúcej životnej úrovne obyvateľov západnej Európy, Japonska, Austrálie a Spojených štátov. Vysoké nároky turistov so sebou priniesli tiež nárast automobilovej dopravy, vyššiu produkciu odpadov a vysoké nároky na energiu. V najväčších tradičných turistických centrách vyrástli obrovské hotely, športové zariadenia, zábavné centrá, cesty, parkoviská, jazdovky, vleky a lanovky. To všetko mohlo vzniknúť iba za cenu rozsiahlej devastácie prírody. Turizmus sa stal najväčším ekonomickým odvetvím s ročným obrátom tisícov miliárd dolárov.

## Hurá na juh

Pokles kvality prírody v tradičných turistických regiónoch mal za následok výrazný odliv návštevníkov. Turistické centrá, ako Stredomorie

alebo Alpy začali upadať a cestovatelia sa presunuli na juh, do menej rozvinutých krajín. Začali dávať prednosť individuálnym a rodinným cestám pred masovým cestovaním s cestovnou kanceláriou. Navzdory tomu však nie je možné turistický ruch považovať za prínos pre hostiteľskú krajinu. Akokoľvek sa turisti snažia prispôbiť zvyklostiam zeme, do ktorej cestujú, ich nároky na luxus ostávajú nadštandardne vysoké. Neobídu sa bez letísk západného typu, uspokojivej siete komunikácií, vodovodu, elektrických a telefónnych prípojek. Produkujú mnoho odpadov, spotrebúvajú množstvo vody. Aj v oblastiach, kde roľníci nemôžu zavlažovať svoje polia, sa denne počíta na jedného turistu s 600 litrami vody. Čím viac sa človek snaží uniknúť civilizácii, tým ďalej civilizácia preniká.

## Ako z bludného kruhu von?

Ak chceme stráviť dovolenku skutočne ekologicky, mohli by sme sa sami seba opýtať, čo vlastne chceme na dovolenke robiť. Možno zistíme, že mnohé z toho, čo by sme robili na opačnej strane zemegule, môžeme uskutočniť aj pár desiatok kilometrov od nášho domova. Ak chcete spoznať jednoduchý, prírode blízky spôsob života, nemusíte navštevovať Tibet alebo Senegal. Mnohí tu-

risti poznajú turistické centrá a prírodné scenérie po celom svete, ale o prírode vo vlastnej krajine nevedia často skoro nič.

Pre ľudí v dobrej kondícii môže najkrajšie zážitky a skúsenosti priniesť úplne jednoduché putovanie s batohom na chrbte. Táborenie v prírode po holých neboch je ničím nenahraditeľný zážitok. Pre ľudí, ktorí chcú viac pohodlia ponúka dosť možností tzv. agroturistika, ktorá sa začína pomaly rozvíjať aj na Slovensku. Zaujímavou skúsenosťou môže byť tiež návšteva ľudí, ktorí sa snažia žiť blízko prírode, venujú sa organickému poľnohospodárstvu, oživovaniu tradičného spôsobu života. Jedným z takých miest na Slovensku je napríklad Zaježová, kde možno pobudnúť na kratší ale aj dlhší čas v usadlosti Sekier. Podobných miest je však viac a významným záujemcom, ktorí nám napíšu (na adresu Kruhu života) môžeme poskytnúť ďalšie kontakty. Vhodným strávením letnej dovolenky môže byť aj účasť na niektorom z letných táborov, ktoré organizujú rôzne ekologické a neziskové skupiny. Zaujímavým zážitkom pre tých, ktorí chcú spoznať prírodné orientovaných ľudí z rôznych kútov sveta môže byť účasť na letnom stretnutí Dúhovej rodiny – Rainbow Family.

Spracoval Matúš Ritomský

## Ďalšie informácie:



### Zaježová – Sekier

Sekier je usadlosť na zaježovských lazoch, postavená v roku 1864. V roku 1995 ho odkúpila Pospolitosť pre harmonický život s cieľom vytvoriť priestor pre ľudí, ktorí majú záujem vyskúšať si život v jednoduchých podmienkach, blízko prírode, v spolupráci s ďalšími ľuďmi, rozmyšľať v súvislostiach, vyskúšať si remeslá, učiť sa poľnohospodárskym zručnostiam, dozvedieť sa niečo o sebestačnosti. Sekier ponúka ubytovanie a stravu za 30 korún. Návštevníci na Sekieri pracujú približne 6 hodín denne, jedná sa o práce spojené s údržbou domu, prípravou jedla, poľnohospodárske práce, starostlivosť o zvieratá (na Sekieri chovajú sliepky, kozy a kone), pílenie dreva a podobne. Na Sekieri je dispozícia knižnica s veľmi zaujímavými titulmi z oblasti prirodzeného spôsobu života, organického poľnohospodárstva, permakultúry, ekologického hnutia, filozofie, náboženstva či politiky. Niekoľko krát do roka sa na Sekieri konajú vikendové pobyty zamerané na rôzne remeslá, cez leto sa pravidelne uskutočňuje viacdňový tábor „Až na konci sveta“.

Kontakt: PHŽ, Zaježová 132, 962 63 Pliešovce  
Tel: 0903 – 882 292, zajezova@szm.sk

## Letné tábory

Stalo sa dobrým zvykom, že ekologické a neziskové organizácie pripravujú letné tábory v prírode, obohatené o množstvo zaujímavých prednášok, stretnutí, tvorivých dielní, brigád, tréningov atď. Po minulé roky organizovali takéto tábory napríklad Spoločnosť priateľov Zeme, Za Matku Zem, Greenpeace, Živica, Leso-ochranárske zoskupenie Vlč, skupina prírodnej duchovnosti Diva a mnohé ďalšie. Týchto táborov sa môže zúčastniť každý za mierny príspevok na stravu a bývanie. Aktuálne informácie možno získať od spomenuých organizácií alebo na kontaktnej adrese Kruhu života.

## Agroturizmus na Slovensku a v Čechách

Agroturistický program má vo svojej ponuke stále viac cestovných agentúr a kancelárií. V Čechách má tento druh dovoleniek už svoju tradíciu a rozvíja sa aj u nás. Rôzne ponuky možno nájsť v katalógoch cestoviek, alebo na internete (stačí zadať do vyhľadávacieho hesla „agroturistika“).

## Nomádska utopia Dúhovej rodiny

Každoročne sa stovky ľudí stretávajú na „Rainbow Family Gatherings“ – Stretnutiach Dúhovej Rodiny, ktoré sa odohrávajú na rôznych miestach sveta počas celého roku. Každé leto sa v niektorej krajine Európy koná hlavné letné stretnutie, na ktorom sa účastní tisíce ľudí. Na stretnutiach Dúhovej rodiny je fascinujúcich niekoľko vecí.

Jedným je ekologický aspekt. Stretnutia Dúhovej Rodiny sa konajú vždy v prírode, mimo civilizácie, bez elektriny, za zákazu priameho prístupu áut na miesto stretnutia a bez používania zložitých technológií. Napriek tomu, že sa ich účastní množstvo ľudí, nezanedbávajú za sebou zdevastovanú krajinu. Na stretnutiach sa žije veľmi jednoducho – táborenie v prírode, pod jednoduchými vlastnoručne zhotovenými prístreškami, v stanoch alebo v tipi. Používa sa miestna voda

(z prameňa, potoka alebo riečky), s ktorou sa zachádza ohľaduplne – žiadne umelé mydlá, šampóny, pracie prášky – iba drevený popol na dezinfekciu a prírodné bahno na umývanie. Kúri sa suchým, odumretým drevom, živé stromy sa nestínajú. Jedlo sa pripravuje spoločne pre všetkých – vegetariánske, vegánske alebo vitarianke. Na stretnutí nenájdete žiadne elektrické spotrebiče, žiadne techno-systémy, žiadne hudiace a smrdiace agregáty na naftu. Namiesto toho je všade množstvo prírodnej, akustickej, etnickej, tradičnej hudby, množstvo hudobných nástrojov, množstvo tanca a dobrej nálady. Žiadne obchody, predajné stánky, umelohmotné poháre, tácky alebo fľaše bežné na veľkých festivaloch. Namiesto toho je samozrejmosťou triedený odpad, recyklácia starého šatstva, prirodzené záchody v podobe jám vykopaných v okolitých lesoch.



Autá sa nechávajú na vyhradenom mieste vzdialenom často krát viac ako hodinu pešej chôdze.

Druhým fascinujúcim faktom je spoločenská organizácia stretnutí. Všetka práca sa vykonáva dobrovoľne, o problémoch sa diskutuje vo veľkých kruhoch, rozhoduje sa konsenzom. Na stretnutí sa za nič neplatí, nič sa nepredáva, na jedlo sa vyberajú dobrovoľné príspevky, všetko ostatné je zadarmo. Stretnutia Dúhovej rodiny na ktorých sa účastní niekedy viac ako 4000





ľudí sa zaobídu bez policajných síl, bezpečnostných agentúr alebo iných represívnych zložiek, čo je skutočne revolučnou utopiou. O bezpečnosť ostatných sa stará každý účastník stretnutia. Vo svojej nehierarchickej a nenásilnej podobe je Dúhová rodina jednou z najväčších fungujúcich anarchistických skupín na svete. Na stretnutiach sa ľudia navzájom obohacujú o svoje skúsenosti, zážitky, myšlienky a city. Koná sa tu množstvo tvorivých dielní, workshopov, prednášok,

spoločných stretnutí. Práca, zábava, diskusia, myšlienky, stretnutia, priateľstvá, učenie, milovanie, hudba, tanec, liečenie, zdieľanie, život v prírode, spoznávanie seba, spoznávanie druhých – je na každom človeku prečo na Dúhové stretnutie príde a čo si z neho odnesie.

Všetko čo sa o Dúhovej rodine píše, uverejňuje, publikuje v médiách alebo na internete je dielom jednotlivcov, ktorý sa tak rozhodnú urobiť a vždy hovoria iba sami za seba. Dúhová rodina nevydáva oficiálne žia-

den časopis, nerobí žiadnu stránku na internete, nevytvára žiadnu organizáciu, nesnaží sa o publicitu, jednoducho iba vytvára priestor pre skutočné žitie utopických myšlienok.

Ak máte pocit, že by ste sa chceli zúčastniť tohto ročného letného stretnutia Dúhovej Rodiny, kontaktujte Kruh života. Hneď ako sa dozvieme presné miesto konania, dáme Vám vedieť. Malo by to byť niekde v talianskych kopcoch.



*Cestovať sa dá rôznymi spôsobmi. Prináša to zážitky, rozptýlenie a niekedy i múdrosť. Môžeme cestovať fyzicky, autom, lietadlom, loďou, raketou, koňmo i pešo. Môžeme cestovať sediac pri púťavom filme v kine, v televízii alebo pred monitorom „virtuálne“ cestovať v priestore hier alebo siete. Môžeme cestovať v mysli (alebo možno myslou) v skutočnom, alebo vymyslenom čase, v reálnom či imaginárnom priestore. Popíšeme si ešte možnosti cestovania v snoch, ktorými sa budeme zaoberať.*

Zdravá ľudská bytosť presníva každú noc okolo stovky minút, a za tie sa jej obvykle, podarí navštíviť nepreberné množstvo scén a svetov. Niektoré svety sú reálne, „skutočné“, iné vymyslené, fantastické, mýtické, vygenerované. Môžu byť vytvorené myslou, vedomím alebo niekým iným. Niektoré scény si precestujeme celé, v niektorých sa len pristavíme, posnívame a letíme zase ďalej. Stačí nám pomyslieť si a už sme tam, kde sme si pomysleli. Odrazu, akoby rýchlosťou svetla. Je to také jednoduché, bez strát času a bez námahy. Tak tomu vravím cestovanie! Je to cestovanie, aké má byť, má „šmrnc“. Rýchlo a efektívne, akčné, veď to je presne ideál našej doby, našej „kultúry“. Prečo ho však nepoužívame, prečo sa potom, nudíme, trýznime dovolenkovým cestovaním v autobusoch, autách, vlakoch a lietadlách?

Je to asi preto, že si z tých snov vlastne ani nič poriadne nepamätáme. Naše vedomie v snoch spí s nami a my si preto pamätáme iba zlomky snov a aj tie zabúdame, skôr než sa naďalej. A z dovoleniek predsa máme fotky, a aj keby sme boli celý čas opití a vôbec nič si nezapamätali, budeme sa mať na čo dívať, aby sa nám aspoň niečo matné vynorilo v pamäti. A môžeme sa nimi pochváliť známym.

Dost už bolo „srandy“ a vráťme sa späť ku snom, snívaniu a cestovaniu v snoch (bez fo-

tiek). Niektorí ľudia majú takú schopnosť, že si svoje sny ľahko a celkom pekne pamätajú. Vedia, kde boli cez noc na dovolenke. Iní si nepamätajú celkom nič aj dlhé mesiace a tvrdia, že sa im nič nesníva. Skôr je však možné, najmä ak sú psychicky zdraví, že sa im sníva, iba si to nepamätajú. Ale nieje to nič zlé, ani výnimočné. Dá sa to učiť, cvičiť, trénovať. Robí sa to jednoducho tak, že prvé čo urobíme, keď sa ráno zobudíme bude, že si spomenieme na to, čo sa nám snívало. Odporúčam sa, pekne si to aj poznačiť. Čím viac si budeme ráno pamätať, tým podrobnejšie si to môžeme zapisovať, aby sme si ešte viac zapamätali. A tak to ide dlho dookola až kým sa nezačneme budieť v noci a rozpamätávať sa na práve prežité sny. Vtedy je čas sa rozhodnúť, kam nám až stojí za to v poznaní svojich snov, svojich snových ciest a seba, zájsť. Od nášho rozhodnutia závisí, či si budeme zapisovať sny aj v noci alebo zostaneme na „rekreačnej“ úrovni. V takom prípade sa budeme musieť zmieriť s tým, že si budeme pamätať len posledný sen nad ráno.

Ak sa však rozhodneme ísť ďalej, svoju lenivosť a pohodlie obetovať poznaniu a cestovaniu, môžete sa dostať až k tomu, že jedného milého dňa, (alebo skôr noci) zistíte, že ste si zapálili cigaretu, hoci už pekných pár mesiacov nefajčíte. V tom okamihu si uvedomíte, že sa vám to „iba sníva“. Väčšinou sa človek pri takomto zážitku zobudí, ale to je len začiatok. Od tej chvíle už budete vedieť čo hľadať, na čo čakať, čo skúšať. Na druhý raz sa už človek nemusí celkom prebudiť a po troške tréningu si už môže pamätať čo sa mu snívало, kde bol, ba čo viac, môže byť priamo pri tom. Teraz sme prišli ku koreňu vecí, – uvedomujúc si sám seba počas spánku, môže človek meniť a upravovať svoje sny, môže navštevovať reality a cestovať do iných „svetov“ ako sa mu zachce. Nie je na tom nič divné, všetci sme to, ako deti, vedeli a robili. Aj preto nás „dospelí“ obviňovali, ako všetky deti, že nevidíme rozdiel medzi konvenčnou „realitou“ a našou realitou, realitou našich snov. Preto, že pre nás to bola realita aj napriek to-

mu, že ju „dospelí“ a ich konvenčné myslenie za ňu nepovažovali.

Ale so snami a s nami to nieje až také ľahké. Po prvé preto, že sny sa nám nie vždy tak jednoducho poddajú, aby sme si mohli v nich robiť čo chceme. Po druhé preto, že keď sa to aj niekomu podarí a on zistí, že naozaj ovláda svoj sen (teda to, o čom sa mu sníva) a to, čo v sne urobí sa nikto nedozvie, začne uspokojovať najmä svoje sexuálne fantázie a nespĺnené túžby. Skúste sa nad tým zamyslieť a úprimne si priznať, na čo by ste v takom prípade mysleli, čo by Vás zaujímalo, čo by ste robili. Človek, hoci si to len veľmi nerád priznáva, je biologická-prírodná bytosť a ako taká má aj svoje nenaplnené potreby a túžby. A zaujímajú ho hlavne také, ktoré si v „materiálnom“ svete morálky a konvencií nemôže uspokojiť. Nemajetnejší si možno budú ukojovať túžbu po nakupovaní, drahých autách a úžasných dovolenkách, majetnejší po niečom celkom inom. Takí, ktorých „majetok“ je v poznaní a múdrosti, budú možno hľadať spokojnosť a šťastie, a to nielen pre seba, ale i pre ostatných. Lebo možno vedia, možno si uvedomujú, že bez ich šťastia skutočnú spokojnosť a šťastie nikdy nedosiahnu. Cesty nás dovedú tam, kam vykočime.

Precestovať hoci aj najkrajšie kúty planéty alebo vesmíru bez uvedomenia si seba a zapamätania si aspoň zlomku zážitkov a krásy nemá veľmi zmysel. Naproti tomu uvedomelé sedenie, plávanie, prechádzanie sa v celkom obyčajnom, známom prostredí môže priniesť človeku potešenie, naplnenie a zážitky a poznanie, ktorého hodnota je pre náš ďalší život ohromná. Zážitky, ktoré nám umožnia odlišný uhol pohľadu, ktorému môžeme vďačiť za zlepšenie kvality nášho života. Za zlepšenie postoju ku druhým, ku našim blízkym a nakoniec i ku sebe samému, ku svojmu poznaniu, prežívaniu a sebahodnoteniu.

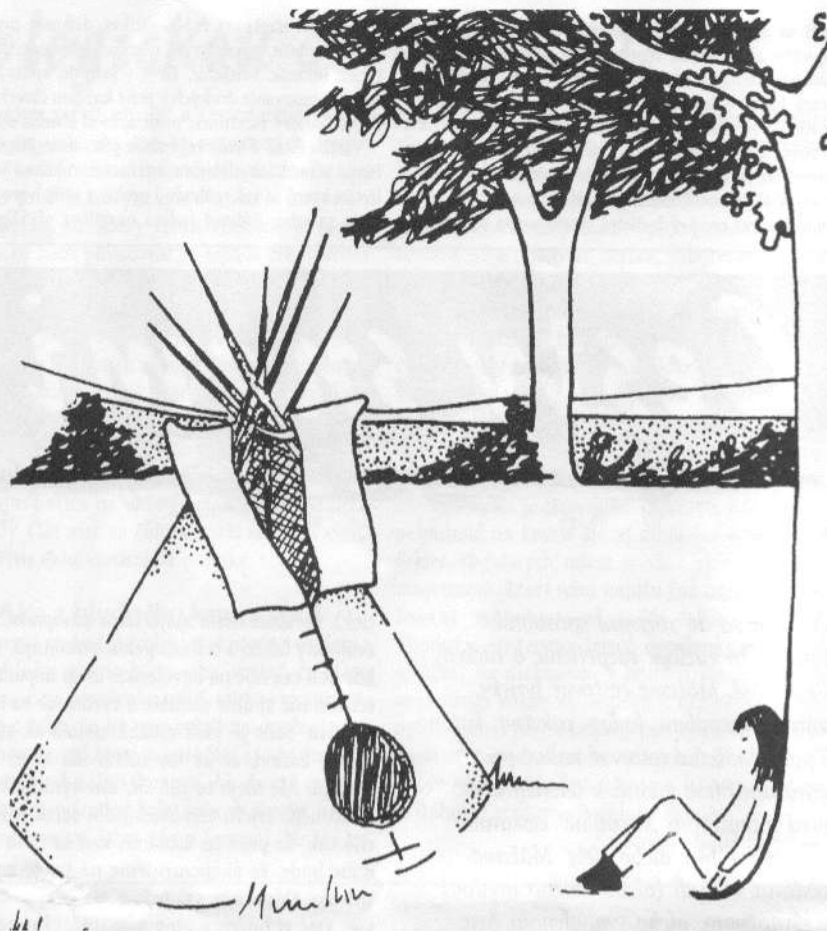
A to je kľúčom, ku našej Ceste, k tomu, ako ju prejdeme, ako ju prijmemo, ako budeme žiť i ako budú žiť Tí, čo budú žiť po nás.

Robo Jankovich Richtársky



# Život v tipi

## 1. časť



Keď som kúpil svoje prvé tipi, mal som na výber – mohol som žiť v dvoch karavanoch, alebo v dobre postavenom benderi (bender – pozri KŽ č.7/8). Prečo som sa rozhodol pre tipi? Odpoveď je jednoduchá – zamiloval som sa do jeho krásy.

Jeho krása ma svoju jedinečnú hĺbku. Kruh, ktorý tvorí základňu tipi je tvarom so silnou liečivou mocou, ktorú pocítil každý, kto žil v tipi dlhší čas. Priamy kontakt so Zemou nie je v tipi iba metaforou. Keď sedím vo svojom tipi, cítim pod sebou pokožku svojej matky Zeme. Keď pozriem hore, vidím palice vytvárajúce kruh, ktoré sa vzájomne pretínajú, aby sa mohli cez dymový otvor týčiť k otvorenej oblohe. V noci v dymovom otvore žiaria hviezdy a v strede kruhu tancujú plamene v otvorenom ohni svoj tanec života. V tipi počujem všetky zvuky okolitého života a pri zaspávaní ma uspáva zvuk potôčika, ktorý tečie neďaleko. Niekedy do tipi prídu vtáčikmi aby sa pozreli, čo v ňom možno nájsť. Keď človek žije v tipi, veľkú časť dňa strávi v okolitej krajine a tak sa stiera rozdiel medzi „dnu“ a „vonku“, tak príznačný pre život v dome. Na život človeka žijúceho v tipi priamo vplyva mesiac, slnko, hviezdy, oblaky, vietor a dážď a tak som sa rýchlo naučil spoznávať ich rytmy, ktoré mi na čas skoro úplne nahradili hodinky, alebo kalendár. Niektoré ženy prvý krát odhalia súvislosti medzi svojim menštruačným cyklom a mesačnými fázami, keď sa presťahujú z domu do tipi. Žiť v tipi neznamená iba priblížiť sa príro-

de, znamená to žiť ako jej súčasť, ako časť jej jemnej pavučiny.

Tipi je vysoko praktický spôsob pre život v krajine. Jeho krása kráča ruka v ruke s jeho praktickosťou. Myšlienka, že niečo môže byť praktické a zároveň škaredé je produkt nevyrovnanej industriálnej spoločnosti. Tipi je silné, priestrané, nepremokavé, ľahké na skonštruovanie a premiestňovanie a okrem toho všetkého v jeho vnútri horí otvorený oheň!

Tipi vytvorili ľudia žijúci na veľkých planinách Severnej Ameriky a je ťažké vylepšiť štruktúru obydli, ktoré umožnilo prežiť ľuďom v tak drsných podmienkach.

Je mnoho spôsobov, ako používať tipi – od víkendových výletov do prírody po celoročné bývanie. Niektorí ľudia žijú v tipi iba počas festivalov a letných stretnutí. Tipi je tu zvyčajne miestom, kde sa môžu ľudia stretávať pri ohni, piť spolu čaj, hrať hudbu alebo sa osušiť v daždivom počasí.

Tipi postavené v záhrade za domom predstavuje priestor navyše, kde môže človek uniknúť zo zajatia tehlových alebo betónových stien, alebo nájsť pokoj pre meditáciu. Treba však dbať na jeho správne používanie, pretože tipi, v ktorom pravidelne nehorí oheň, začne vo vlhkom počasí rýchlo hniť a plesnivieť.

Transport tiež nie je problém. Menšie tipi aj s palicami možno bez problémov previezť na stredne veľkom rodinnom aute, alebo na voze ťahanom koňmi. V Británii žije skupina ľudí,

ktorí žijú plne kočovým spôsobom života a svoje tipi prevážajú z miesta na miesto vo vlakoch.

Žiť v tipi po celý rok je už náročnejšie. Poznáam však mnoho ľudí, pre ktorých je tipi jediným domovom. Vo Walese je dedina, kde žije viac ako 100 ľudí v tipi, podobných komunit je viacero – vo Francii v Pyrenejách, v Portugalsku, Nemecku, Taliansku, na Novom Zélande. Dokonca v Severnom Škótsku s jeho tuhými zimami žijú jednotlivci roztrúsení so svojimi tipi v prírodnej krajine.

Byť súčasťou tipi dediny, kde všetci vaši susedia žijú rovnakým spôsobom života, je najcelistvejším spôsobom tipi života. Tipi dedina vo Walese dosiahla svoju optimálnu veľkosť a preto je potrebné vytvárať nové dediny na iných miestach krajiny.

Žijeme v spoločnosti, ktorá porušuje prirodzenú rovnováhu. Intelekt je glorifikovaný na úkor emócií a intuície, materiálne bohatstvo hrá hlavnú úlohu a stáva sa najdôležitejším životným cieľom, ľudia sú odtrhnutí od všetkých ostatných živých bytostí. Život v prírodnej krajine pomáha obnovovať rovnováhu a umožňuje zároveň uchovať to dobré, čo priniesla naša kultúra. Podľa mojich skúseností je život v tipi najlepším spôsobom, ako žiť v prírodnej krajine.

### Ako si vybrať tipi

Je to výborný pocit žiť v dome, ktorý ste si urobili sami, vlastnými rukami, no na druhej strane je aj mnoho dobrých dôvodov, pre ktoré





môže byť lepšie začínať život v takom tipi, ktoré zostrojil skúsený človek. Či sa rozhodnete ušiť si tipi, alebo si ho kúpiť, je to vaše osobné rozhodnutie.

Prvú vec, o ktorej musíte v obidvoch prípadoch rozhodnúť je veľkosť. Veľkosťou sa zväčša myslí dĺžka od spodného po vrchný kraj pláštá meraná na jeho prednej strane. Priemer základne je obvyčajne zhruba o 50 cm menší.

Najmenšie tipi vhodné na bývanie má veľkosť 4 m. Je dosť veľké pre komfortný život jedného človeka, ale stáva sa trochu tesným, ak k Vám príde návšteva. 5 m je dobrá veľkosť pre pár a 6 m je vhodné pre 3-4 člennú rodinku. Väčšie tipi nad 6 m sú zväčša využívané ako komunitné a spoločenské miesto v tipi táboroch alebo dedinách. Je dôležité mať na pamäti, že zväčšenie kruhovej základne tipi nerastie proporcionálne s jeho výškou – zväčšuje sa oveľa viac. Šesť metrové tipi má skoro dva krát tak veľkú základňu ako tipi s veľkosťou štyri metre.

Väčšie tipi vyvolávajú v človeku iný pocit, ako tipi menšej veľkosti. Ak ste v tipi menšom ako 5 m, cítite sa viac útulne, niektorí ľudia to popisujú, ako by sa nachádzali v maternici. Väčšie tipi je vzdušnejšie a vytvára pocit otvoreného priestoru. Výhodou menšieho tipi je to, že na jeho vykúrenie spotrebuje človek menej dreva, čo je významný faktor, ak sa rozhodnete v tipi prezimovať. Na druhej strane sa môže ľahko zadymiť, ak oheň nehorí tak, ako by mal.

Väčšina tipi sa šije z bavlneného plátna, niekedy impregnovaného látkami zvyšujúcimi nepremokavosť. Existuje tiež materiál zvaný Regentex, ktorý je čiastočne z bavlny, čiastočne z umelých vlákien a vydrží dlhšie. Ja som však nikdy nebýval v Regentexovom tipi. Umelé vlákna sú totiž tým druhom vecí, od ktorých sa snažím dostať čo najďalej a preto vlastne žijem v tipi.

Plachta je väčšinou biela, čo má svoj význam, pretože tak prepúšťa viac svetla do vnútra. A ťažko tiež vylepšiť krásu bieleho tipi týčiaceho sa v prírodnej krajine. Jasné a pestré farby môžu však vyzeráť pekne na festivaloch, kde som videl dokonca niekoľko dúhových tipi.

Ak sa rozhodnete bývať v tipi aj v zime, je nevyhnutnosťou používať dažďový kryt na vrchole tipi.

Keď kupujete tipi z druhej ruky, musíte si dávať pozor na to, či niekde nezačína hniť alebo plesnivieť. Vedieť, aké staré je tipi, vám veľmi nepomôže. Ak je postavené celý rok vo vlhkom podnebí, môže vydržať iba päť rokov. Ak sa na zimu odkladá do sucha a podnebie v mieste táborenia je menej dažďivé, môže byť po piatich rokoch ako nové. A ak sa používa iba pri príležitosti letných festivalov, môže človeku vydržať po celý život.

*Pokračovanie v budúcom čísle  
Prekl. mr*

Patrick Whitefield je permakultúrny dizajnér, učiteľ a spisovateľ. Okrem iného napísal klasické permakultúrne knihy „Ako založiť lesnú záhradu“ alebo „Permakultúra v kocke“. Vyrastal v malej vidieckej usadlosti v anglickom Somersete, vyštudoval poľnohospodárstvo na Shuttelworth College. Farmárske skúsenosti získaval v Británii, na Strednom Východe a v Afrike. Získal tiež mnoho znalostí a zručností užitočných pre organické záhradníctvo, praktickú ochranu prírody a tiež pre život v tipi. Svoje prvé tipi kúpil na ekologickom festivale v roku 1983 a býval v ňom v rokoch 1986 až 1990. Neskôr si ušil vlastné tipi, v ktorom žil skoro 9 rokov blízko Glastonbury.

Preložené z brožúrky Tipi Living s láskavým súhlasom vydavateľstva Permanent Publications. Na adrese vydavateľstva si môžete objednať zadarmo katalóg s množstvom kníh, ktoré sa zaoberajú životom v prírode, prírodným staviteľstvom, permakultúrou, pestovaním potravy a najrôznejšími zručnosťami užitočnými pre prirodzený život.

Kontakt:  
Permanent Publications,  
The Sustainability Centre,  
East Meon, Hampshire GU32 1HR, UK.  
Mail: [info@permaculture.co.uk](mailto:info@permaculture.co.uk),  
Web: [www.permaculture.co.uk](http://www.permaculture.co.uk)

## Raj – Billy Childish

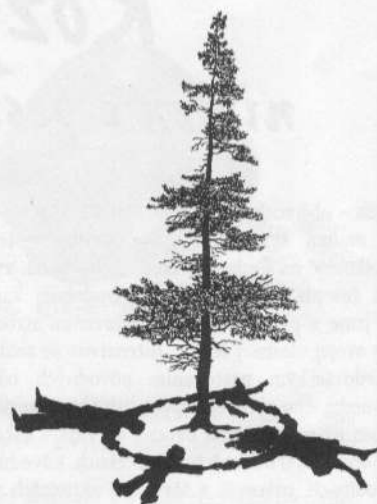
*rajská záhrada samozrejme  
vôbec nebola záhradou  
ale skôr metaforou pre  
divokú, plodnú, nepokorenú  
Zem*

*keď sa človek prechádzal  
ani nie skrotený, ani nie pán  
dvojnohý rovní a spoluzijúci  
so štvornohými a s krídlami  
na nebi*

*no do jeho zarmúteného obočia  
bolo zasiate semeno inteligencie  
bolo to semeno či bacil  
ktorý rozkvitol  
a spôsobil, že človek  
odišiel z divokých lesov  
a začal kultivovať divokú trávu -  
obilie*

*na konci toho prvého leta  
keď boli lesy nahé od rieky  
až po tmavé úbočia  
vzal ten prvý farmár (volajme ho Adam)  
prebytok svojej úrody  
a kráčal 16 míľ k najbližšej usadlosti  
aby ho predal*

*od toho dňa bol človek vyhnaný z raja*



*„oklamali sme sami seba  
odrezaní od prírody  
rovnako ako sme odrezaní od boha*

*ach! máme svoje mestá  
pripúšťam  
svoj domyselný a ničotný prepych  
ale ako sa môže to, čo máme  
vôbec niekedy vyrovnáť tomu,  
čo už nemáme?“*

*Billy Childish*



## Rozprávanie s Ajšom nielen o pestovaní pôvodných ovocných druhov

Ajša – občianskym menom Radim Pešek – býva v malom sympatickom okresnom mestečku Bojkovice na Česko-Slovenskom pomedzí. vydáva časopis *Myš Maš*, hrá v hudobnej kapele Nejsme v plánu a živí sa pestovaním stromov vo svojej vlastnej škôlke. Intenzívne sa zaoberá predovšetkým pestovaním pôvodných odrôd a medzi jeho obľúbené špeciality patrí napríklad dnes už málo známa ovocná drevina – oskoruša domáca. O ovocných stromčekoch, pôvodných plodinách, oskoruši a *Myš Maš* aktivitách sme sa s Ajšom rozprávali počas našej návštevy v Bojkoviciach, keď jasné slnečné lúče prinášali prvú predzvesť jari roku 2002.

Ajša, mohol by si najprv povedať, ako si sa vlastne dostal k záhradkáreniu a pestovaniu ovocných stromov?

Od 15 rokov som sa zaujímal o rôzne alternatívne myšlienkové prúdy, subkultúru, ekologické hnutie, nevyhnutne som časom dospel k vegetariánstvu a neskôr aj k snahe vypestovať si na našej záhrade čo najviac vlastnej po-

travy prirodzeným spôsobom. Zapojil som sa do programu Biodiverzita, v rámci ktorého som pestoval a množil pôvodné úžitkové plodiny a nakoniec som sa dostal až k ovocinárstvu a pestovaniu stromov. Pri stromoch som sa tiež zaujímal predovšetkým o pôvodné, tradičné krajové odrody a tak som sa dozvedel napríklad aj o Oskoruši.

Pokiaľ sa nemýlim, skončil si poľnohospodársku školu so špecializáciou na živočišnú výrobu. V nej si sa zrejme o pestovaní ovocných stromov veľa nenaučil. Kde si získaval potrebné vedomosti?

Áno, v škole som mal možnosť spoznať do detailov veľkokapacitné spôsoby chovu hospodárskych zvierat a získať dosť pádných dôvodov, aby som prestal s konzumáciou mäsa ako aj ostatných živočišných produktov. Práci vo veľkochovoch sa samozrejme v žiadnom prípade venovať nechcem. Záhradnícke a ovocinárske vedomosti som získal predovšetkým od priateľky, ktorá tieto veci študovala na vysokej škole,

z množstva prečítaných kníh a z rozhovorov so skúsenejšími pestovateľmi.

Prečo si sa zameral na pestovanie pôvodných odrôd ovocných stromov? Aké sú ich prednosti oproti novým druhom plodín?

Hlavným dôvodom, prečo pestovať pôvodné odrody je ten, že sú veľmi užitočnou súčasťou prirodzeného ekosystému a ich pestovanie zvyšuje rozmanitosť, ktorá je prírode blízka. Staré ovocné odrody sú častokrát menej náročné na pestovanie, nie je potrebné ich chemicky ošetrovať ani intenzívne strihať, či orezávať. Niektoré dokážu rásť úplne divoko v prírodnej krajine. Pôvodné druhy ovocia majú osobitú chuť, ktorú ovocie predávané dnes v obchodoch už nemá. Niektoré sa dajú výborne skladovať a vydržia až do ďalšej úrody. Samozrejme, nemôžno povedať, že staré odrody sú vždy dobré. Záleží vždy od toho o akú odrodu sa presne jedná. Preto, ak chcete pestovať tradičné druhy ovocia, zožňte si dobrú knihu – nejakú pomológiu starých ovocných plodín – prečítajte si všetko





o tej ktorej odrode – jej nárokoch, chuti plodov, skladovateľnosti atď.

Hovoril si tiež, že názov staré ovocné druhy nie je úplne presný. Mohol by si to vysvetliť?

Niekedy je skutočne ťažko určiť, čo je starý ovocný druh. Ktoré odrody sú staré? Tie čo na našom území rastú 500 rokov alebo 100 rokov? Väčšina ovocných druhov a odrôd, ktoré sa na našom území nachádzajú, sem boli odniekiaľ privezené a nie sú pôvodnými druhmi v pravom zmysle slova. Ak by sme sa chceli striktnie držať pôvodných druhov, mohli by sme pestovať a jesť iba drienky, vtáčie čerešne, plané hrušky, jarabinu alebo oskoruše. Ja sa tiež nebránim pestovaniu niektorých privezených plodín, ktoré u nás doteraz nerástli – pestujem napríklad aróniu, druh kiwi, ktorý prežije aj naše zimy a momentálne ma zaujíma možnosť pestovať u nás istý druh južného ovocia hurmikaki.

Pri tých nových plodinách je vždy potrebné postupovať opatrne, aby nedošlo k ich premnoženiu vo voľnej prírode, ako sa to stalo napríklad s agátom. Niektoré druhy sa dokážu dobre prispôbiť miestnemu ekosystému a obohatiť ho, niektoré však môžu spôsobiť aj škody.

Myslíš, že staré odrody sa môžu vyrovnávať novým produktom moderného šľachtiteľstva aj v bežnom predaji ovocia?

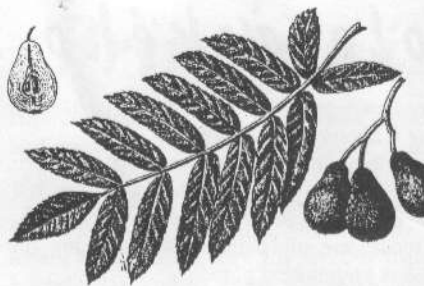
Ono záleží na tom, čo ľudia chcú – vizuálne bezchybné ovocie a zeleninu, ktorá vyžaduje striekanie, alebo sa naučia, že nabýskané, dokonale vyzerajúce jablko na pulte v supermarketoch nemusí byť aj najchutnejšie a najzdravšie. Niektoré nové odrody si chemické ošetrovanie priamo vyžadujú a tak platíme daň za ich krásu v podobe škôd na našom zdraví a prírodnom ekosystéme. Staršie odrody často nemusia byť tak vizuálne príťažlivé, no chuťovo môžu byť oveľa zaujímavejšie. Možno ich však pestovať spôsobom ohľaduplným k prírode. Je to vždy aj otázka hodnôt – čomu dajú ľudia prednosť. Ale pozor, aj staré odrody môžu mať úplne krásne a vizuálne bezchybné ovocie, ak rastú vo svojej pôvodnej lokalite a v podmienkach, kde sa im dobre darí.

Akí ľudia si od Teba kupujú stromčeky, ako sa o Tebe dozvedia?

Staré odrody predávam na inzerát, prípadne miestnym ľuďom v kraji, ktorí ma poznajú. So správou Chránenej krajiny oblasti sme uzavreli zmluvu, že im budem pestovať krajové odrody stromov, ktoré oni potom v spolupráci s miestnymi obcami vysádzajú v kraji. Pôvodné druhy jablák, ktoré som tu vypestoval sa vysádzali napríklad aj v ekodidinke Litňanka v Jindřichoviciach. Sú to zväčša ľudia, ktorí majú o pôvodné odrody záujem, pretože poznajú ich hodnotu a význam.

Medzi špeciality, ktoré pestuješ patrí napríklad málo známa Oskoruša domáca (*Sorbus domestica*). Môžeš nám túto ovocnú drevinu priblížiť?

Oskoruša domáca sa na Južnej Morave a na Slovensku považuje za pôvodnú drevinu, vyskytuje sa tu ako divorastúca súčasť zmiešaných lesov alebo ako pestovaný ovocný strom. Je to opadavý listnatý strom, ktorý môže dosahovať výšku 15 až 20 m a dožíva sa viac ako 200 rokov, niekedy až 400 rokov. Najstaršia známa os-



koruša v Nemecku je stará 445 rokov, druhá najstaršia zdokumentovaná oskoruša v Európe rastie vo vinohradoch v Žerotine pri Strážnici. Plody oskoruše sú malvice v tvare malého jablka alebo hrušky, žltozelenej, žltoranžovej až hnedozelenej farby. Ich povrch pokrývajú nespočetné hrdzavohnedé bodky. Opadané plody sa dajú jesť priamo alebo spracovať po zhruba troch dňoch, kedy sa tzv. odleží – prebehne v nich biochemické dozrievanie, zmäknú a stávajú sa chutnými. Plody oskoruše obsahujú veľké množstvo vitamínov, minerálnych látok a ďalších zložiek, ktoré predurčujú ich využitie v ľudovom liečiteľstve (usušené a pomleté sa používali pri žalúdočných problémoch, pôsobi výborne pri hnačkách).

Mohol by si na záver niečo povedať o ďalších zaujímavostiach Bojkovic – časopis Myš Maš, každoročnej Myš Maš párty, a skupine Nejsme v plánu, v ktorých máš prsty?

Časopis Myš Maš nesie podnadpis „kulturní občasník o všeličems“ a skutočne sa v ňom môžete prečítať všeličo – rozhovory s zaujímavými hudobnými skupinami, články o známych aj ne-

známych umelcoch, rôzne literárne výtvary, staré príbehy a mýty, články o ekológii, ľudských právach a problémoch dnešného sveta, cestopisy, reportáže z rôznych kultúrnych aj nekultúrnych akcií a veľa ďalších zaujímavostí. Časopis robíme od roku 1993, do dnešného dňa vyšlo už 21. čísel. Myš Maš party je trojdňový hudobný festival, ktorý robíme na starom opustenom statku nad Bojkovicami. Hrajú na ňom skupiny všetkých možných štýlov, za tri dni sa na ňom premeli okolo 700 ľudí, z ktorých časť stanuje v okolí statku, počas festivalu funguje čajovňa, predávame vegetariánske a vegánske občerstvenie, non-stop funguje aj bar, všetko je robené takpovediac na kolene, svojpomocne, najmä pre radosť ľudí a pre vlastnú radosť z vydarenej akcie. Skupina Nejsme v plánu je mojim ďalším končíkom. Zaškatuľkovať ju do nejakého štýlu je ťažké, približný obraz získate z toho, aké nástroje v nej hrajú – gitary, bicie, husle, didžeridú.

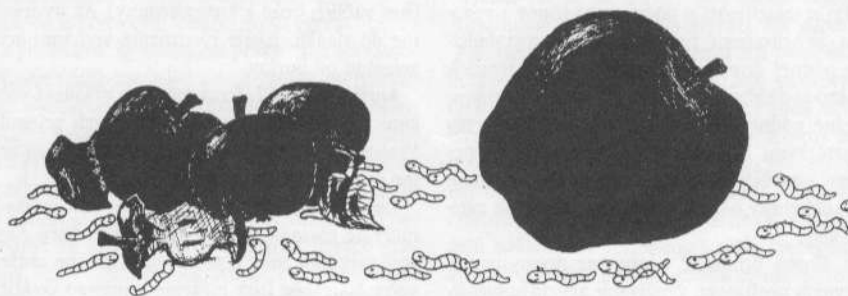
Vďaka za rozhovor a výborné sušené oskoruše, ktoré sme popri rozprávaní jedli.

rozhovor pripravili  
Matúš Ritomský a Petra Herzfeldová

Na záver kontakt na Ajšu, pre tých, ktorí by sa chceli dozvedieť viac, prípadne pestovať sami tradičné ovocné odrody:

Ajša Radim Pešek, Bezručova 787,  
687 71 Bojkovice, mail: ajsa1@seznam.cz

## Jablká stratili chuť



Jablko stratilo svoju chuť, aby mohlo lepšie lákať zákazníkov. Pestovatelia jablák súťažia v tom, ktoré z ich jablák vyzerá lepšie, väčšie, lesklejšie, farebnejšie a vydrží dlhšie skladovanie. Niečo pri tom však musia obetovať.

Dobré jablko pre súčasný trh je pevné, odoláva dlhej preprave a vydrží niekoľko mesiacov skladovanie v stave, akoby bolo práve odtrhnuté zo stromu. To sú slová odborníkov. O chuti mlčia. Samozrejme, chuť je stále dôležitá pre človeka, ktorý sa chystá do jablka zahryznúť, ale pre predávajúceho sa stáva druhoradou. Dnes existuje približne šesť tisíc druhov jablák, zákazník však pozná najviac dvanásť z nich a najčastejšie sa stretáva s tromi: žlté Golden, červené Red Delicious a zelené Granny-Smith.

Väčšina ľudí iba spomína na jablká svojej mladosti, odtrhnuté pri ceste alebo u babičky na záhrade. A hovoria si, že vtedy mali jablká inú, lepšiu chuť. Mali. Najrozšírenejšie tri druhy nemusia byť pre vás nutne tie najchutnejšie. Majú však inú výhodu: ich chuť vyhovuje väčšine. A dobre sa skladujú.

CA M'INTERESSE, Paríž



# Desatoro ekologického záhradkára

1. Vychádzame z presvedčenia, že sme súčasťou prírody a sme iba dočasnými hosťami na Zemi, a preto je potrebné správať sa na nej ako na návšteve. Nepoškodujeme životné prostredie, ale snažíme sa ho obnovovať. Usilujeme sa o zachovanie pôvodnej rozmanitosti prírody. Snažíme sa napomáhať návratu prírodnej rovnováhy. Vytvárame vhodné podmienky pre miestne byliny a dreviny, vtákov, obojživelníkov a užitočný hmyz.

2. Máme na pamäti hodnotu krajiny ako významného prvku nášho kultúrneho dedičstva. Prispievame k znovuzrodeniu jej pôvodných prvkov, ako sú rozptýlená zeleň, stromoradia, háje, medze, prírodné parky, prírodné kvetinové lúky, mokrade, jazierka. Našu záhradu alebo pole vytvárame vo vzťahu k okolitej krajine, podľa potreby jej trvalej stability a k miestnej tradícii.

3. Pri ekologickom pestovaní sa snažíme o uzavretý kolobeh látok. Znižujeme vstupy z vonku, predovšetkým obmedzujeme používanie neobnoviteľných zdrojov energie. Čo najviac využívame miestne suroviny. Vyhýbame sa používaniu syntetických chemických látok, ktoré poškodzujú prostredie, prírodu, pôdu, vodu aj ovzdušie, a ktorých výroba vyžaduje príliš veľa neobnoviteľných zdrojov surovín a energie. Úrodu predávame z dvora, v miestnom spoločenstve, ak je nutný dovoz k spracovateľovi, zvolíme si pokiaľ možno najbližšieho.

4. Sme presvedčení, že prirodzene úrodná pôda nám prinesie zdravé rastliny, ktoré sa prirodzeným spôsobom ubránia pred chorobami a škodcami. Títo sprievodní činitelia pestovania budú poškodzovať alebo ničiť iba neúčinné rastliny. Tie zdravé nám budú slúžiť ako zdravá potrava.

5. Pri starostlivosti o pôdu vychádzame z vedomia, že prirodzené živiny vznikajú v metabolizme pôdnej živiny, predovšetkým v zažívacích traktoch dážďoviek a hmyzu. Staráme sa o prospešné pôdne mikroorganizmy. Hnojíme preto organickými látkami, ktoré im poskytujú potravu – zvyšky zo zberu úrody, kompost, vhodný kuchynský odpad, hnoj hospodárskych zvierat apod.

6. Pôdnu úrodnosť udržujeme premysleným osevným postupom, využívame zelené hnojenie, mulčovanie pôdy, medziplodiny – pôdu na ekozáhradke nikdy nenechávame holú. Rastliny pestujeme v zmiešaných kultúrach, aby sa prirodzene podporovali v raste, vzájomne chránili pred chorobami a škodcami, zlepšovali svoju chuť. Preto vysievame aj doplnkové rastliny, koreniny a liečivky, ako aj rastliny odpudzujúce nevhodné živočíchy.

7. Pri ochrane dávame prednosť biotechnickým metódam, ako napríklad mechanickému odstraňovaniu napadnutých a chorých rastlín, používaniu lapačov, hnojivých a liečivých zálievok alebo postrekov z rastlín. V krajných prípadoch použijeme biologickú ochranu pestovaných kultúr – od baktérií cez huby po užitočné živočíchy, ktoré požívajú iné, pre nás nežiadúce.

ce. Týmto predátorom vytvárame podmienky pre rozmnožovanie a úkryt.

8. Hospodárske zvieratá chováme čo najprirodzenejšie. To predpokladá hojnosť pastvy, voľné ustajnenie, dostatočne veľký voľný výbeh. Nepodávame stimulátory rastu, hormóny ani liečivá syntetického pôvodu.

9. V okolí šírimo myšlienky zdravého spôsobu života. Pestovateľom a verejnosti osvetľujeme význam ekologického hospodárenia pre trvalo udržateľný život a povinnosť odkázať našim potomkom pôdu, krajinu a prírodu v dobrom stave.

10. Propagujeme význam biopotravín pre spotrebiteľov a myšlienky ekologického hospodárenia v krajine. Ak chceme vlastnú úrodu predávať, môžeme sa snažiť získať ochrannú známku pre označovanie bioproduktov. Podmienkou je naplnenie týchto zásad a osvojenie si nových ekologických súvislostí a metód hospodárenia.

## Kalendár prác v zeleninovej ekologickej záhrade

**Marec** – začína doba siatia. Začínáme s vysievaním zelenín, ktorým chlad až tak nevedí (mrkva, petržlen, paštrnák). Neskôr môžeme v teplejších oblastiach vysievať aj hrach, šalát, bielu a červenú kapustu. V chladnejších oblastiach alebo pri vytrvalej zime, počkáme so siatím do apríla. Nesmieme zabudnúť ani na rôzne druhy kvetín, ktorých semená rozhodíme medzi záhonmi.

Tipy pre úspešný výsev: Semená zakryjeme vždy takou vrstvou zeme, aké sú samé veľké. Drobné semená zmiešame s pieskom a nesejeme príliš nahusto. Dbáme na dobrú pripravenú pôdu (bez väčších hrúd a kusov zemin). Ak vysievame do riadku, ľahšie rozoznáme vzhádzajúcu zeleninu od buriny.

**Apríl** – čas sadiť. Teraz môžeme vysádzať väčšinu predpestovaných alebo kúpených priesad. Vysievame červenú repu, mangold a pór, do zeme príde aj cibuľa sadzačka.

Tipy pre vysádzanie priesad: Väčšinu priesad môžeme rozsadiť, keď sú vidieť štyri listy. Aby sme zabránili šoku z presadenia, sadieme radšej večer. Najväčšie listy môžeme u priesad skrátiť, aby strácali čo najmenej vody odparovaním. Mladé priesady dobre zalejeme a dočasne zčasti zatienime.

**Máj** – čas buriny. Niektoré teplomilné a na mráz citlivé rastliny, ako tekvica, rajčiny, uhorky a papriku vysádzame až od polovice mája. Tiež fazule sú citlivé na mráz a potrebujú na kličenie prehriať pôdu. Aby dovtedy neboli záhony ponechané na pospas burine, môže siahnuť k zelenému hnojeniu, ktoré môžeme vysiať už skoro na jar. Záhony potom pred výsadbou vyčistíme a zelené hnojenie použijeme ako mulč. Máj je dôležitým obdobím pre okopávanie a pletie, teda pre reguláciu takzvaných burín.

Správnemu zaobchádzaniu s burinou sa však musíme naučiť. Rozlišujeme koreňové, vytrvalé

a jednoročné buriny. Koreňová burina (napr. pýr) je veľmi húževnatá a rozširuje sa svojimi koreňovými výbežkami. Tomuto druhu buriny venujeme najväčšiu pozornosť. Môžeme sa jej zbaviť vyzbieraním všetkých častí koreňa alebo prikrytím silnou vrstvou mulču a pokúsiť sa ju tak zadusiť. Tretou možnosťou je vyčerpať ju neustálym okopávaním.

Pri potlačovaní burín platí zásada – zakroč čo najskôr. Pôdu prekypríme čo najskôr po siatí, ak je pôda mierne vlhká, dostaneme väčšinu burín z pôdy aj s koreňmi.

**Jún** – mulčovať a hnojiť. Posekanú trávu a burinu môžeme použiť na mulčovanie alebo nastielanie. Vrstva mulču z posekanej trávy by nemala byť vyššia ako 3 cm. S mulčovaním začneme keď sa pôda dobre prehreje a mladé sadenice alebo vyklíčené rastlinky sa dobre ujmu. Mulč v tejto fáze zabraňuje vysychaniu pôdy, redukuje burinu, aktivuje pôdny život, prináša živiny, vytvára humus.

Pre zimné zakrytie pôdy mulčom nie sú vhodné ťažké pôdy, namiesto toho je lepšie zelené hnojenie vysiať na jeseň. V oblastiach bohatých na zrážky mulčujeme tenkou vrstvou (aby sa zabránilo hnilobe). Šalát, hrach, kaleráb, kapusta, karfiol, brokolica majú radi hrubú vrstvu mulču. Fazula však rastie radšej v teplej zemi bez mulču. Ak máme problémy so slimákmi, mulčujeme iba tenkou vrstvou.

Behom vegetácie znesú náročnejšie zeleniny posilnenie v podobe kompostového alebo žihľavového výluhu. U plodovej zeleniny skončíme s prihnojovaním v máji.

**Júl** – čas polievania. Na záhrade je väčšinou sucho, musíme zalievať. Vodu lejeme ku koreňom, zalievame radšej ráno, ako večer. Najlepšia je zachytená dažďová voda. Studená voda z kohútika zelenine nesvedčí. Vrstvou mulču udržujeme pôdu stále vlhkú. Fazula a cibuľa však nemajú radi príliš veľa vody.

**August** – druhé siatie. Na záhonoch, kde sme pozbierali úrodu, môžeme vysievať neskoré druhy zeleniny, aby sme mali dostatok zeleniny pre náš stôl aj na jeseň.

**September** – čas pre zelené hnojenie. Zelené hnojenie je výborná metóda na zúrodňovanie pôdy. Môžeme ho siať na jar (pozri Máj), alebo na jeseň – rastliny zeleného hnojenia cez zimu zamrznú a na jar ich môžeme zapracovať do pôdy. Na zelené hnojenie sa hodia napríklad ďatelina, vika, špenát, horčica, bôb, pohanka.

**Október** – prípravy na zimný odpočinok. Vo väčšine záhrad sa usilovne rýľuje, mali by sme však uprednostniť kyprenie pevnými vidlami. Vidly zaryjeme po násadu do zeme a pohne nimi dozaďa a dopredu. Spracováme tak pôdu po pásach vo vzdialenostiach 10 cm. Príde tak k prevzdušneniu pôdy, pričom sa vyhneme premiešaniu pôdnych vrstiev.

Arnoš Tabach

Prírodná záhrada (Projekt Biozáhrada – kontakt: rosa@ecn.cz)







# Tráva

## potrava pre človeka?

Výskumníci a bylinkári, rovnako ako niektorí ekologickejší záhradníci poukazovali dlhé roky na to, že tráva je rovnako užitočná pre človeka, ako pre zvieratá, za predpokladu, že je vhodne upravená tak, aby ju bolo možné stráviť v dostatočnom množstve.

Mnoho lekární v Amerike predáva výrobok pre rekonvalescentov a ľudí trpiacich anémiou. Tento výrobok sa skladá výhradne zo zelenej záhradnej trávy rozmletej na prášok. Medzi ďalšie výrobky z trávy patrí jedlá vložková zmes, stlačené tablety trávy a zeleniny, ako aj zubné pasty vyrobené z trávy.

Už v roku 1942 hovoril profesor D. B. Johnstone z Cornellovej univerzity o vhodnosti trávy ako potravy. Sám používal zmes sušenej trávy a múky na prípravu pečiva. Tvrdil, že „tráva je výživná a chuti dobre“.

Ak sa vám myšlienka o konzumácii trávy nepozdáva, spomeňte si, že keď jete na raňajky obilnú kašu, ovsené vločky alebo klíčky pšeničných zŕn, konzumujete rastliny z čeľade tráv. Mladá tráva je jedným z najbohatších prírodných zdrojov výživných látok. Obsahuje veľké množstvo vitamínov A a C, päť vitamínov skupiny B, vitamíny K a G.

Dr. Charles F. Schnabel veril, že nie je ďaleko doba, kedy začneme s konzumáciou denných dávok trávy v masle, chlebe a pečive. Tvrdil, že pridávaním trávy do denného jedla môžeme znížiť ročné náklady na potraviny o 25 percent a zaistiť tak dostatok jedla pre každého. Keby zamestnanie Dr. Schnabela, ktorý bol chemikom, vydržalo v podmienkach ekonomickej krízy, zrejme by dnes nebola tráva ako doplnok ľudskej potravy predmetom vedeckého skúmania. Ale v roku 1931 sa dostal do vážnych finančných problémov a tým aj do problémov s výživou rodiny. Vtedy sa v ňom zrodila myšlienka, aby vyskúšal možnosť konzumácie trávy. Pridávaním dehydrovanej trávy do jedálneho lístku užíval svoju osemčlennú rodinu za dolár denne. Aby mal dostatočnú zásobu trávy v správnom stave, obhospodaroval svoj dvojakrový pozemok na okraji mesta podľa plánu založenom na dvojtyždenných intervaloch. Každé ráno o štvrté hodine ho bolo možné vidieť ako seká trávu. Rýchle ju sušil suchým vzduchom nad pecou. Potom trávu pomlel na mlynčeku na mäso a vysypal do mlieka konzumovaného rodinou. Pani Schnabelova pripúšťa, že by dnes už trávu nekonzumovala, ale dodáva: „Každá žena, ktorá sa vydá za vedca musí s niečím podobným počítať.“

„Zažili na vlastnej koži dôkaz“, hovorí Schnabel o svojich deťoch, „o užitočnosti trávy ako potravy. Podával som im trávu po dobu jedenástich rokov. A pozrite sa na nich. Ani jeden pokazený zub. Okrem niekoľkých bežných detských chorôb, boli vždy zdraví.“

Pani Moore-Pataleena z Londýna má úžasný recept pre zachovanie zdravia a mladistvého vzhľadu. Kdekoľvek sa vypraví, tam nachádza množstvo potravy, ktorá ju nič nestojí. Nezápasi s nákupnými horúčkami, ale s nepriazňou počasia. Hovorí: „Jem trávu po dobu šiestich rokov a mladnem každým dňom. Ak je tráva krehká, jem ju celú, ak je tuhá, meliem ju a extrahujem z nej šťavu.“ Pani Moore-Pataleena odmieta konvenčnú stravu: živí sa ovocím a zeleninou v surovom stave. „Pijem tiež vodu s medom, jem trochu orechov a očakávam, že sa dožijem dvesto rokov“, usmieva sa päťdesiatpäťročná naturalistka.

*z knihy Jzte plevé – Ben Charles Harris  
(Volvox Globator)*

# Prirodzená úrodnosť pôdy

Prirodzenú úrodnosť dáva pôde humus – koloidná zmes rozložených a rozkladajúcich sa organických látok rastlinného a živočíšneho pôvodu. Je výsledkom zložitého kolobehu života v pôde, na ktorom sa podieľajú desiatky rôznych foriem života pôdnej flóry a fauny. Celý tento kolobeh však stojí na dvoch základných pilieroch a to rastlinách a baktériách. Rastliny dodávajú zo vzduchu základné prvky pre tvorbu organickej hmoty (uhlík, kyslík, vodík a dusík). Baktérie dokážu rozložiť organickú hmotu späť na živiny pre ďalšie rastliny a tým vytvárajú z kruhu nekonečnú špirálu života.

Rastliny existujú na Zemi vraj 400 miliónov rokov a mali teda dost času na to aby vytvorili dokonalú symbiózu s ostatnými formami života. Človek je na Zemi v porovnaní s rastlinami veľmi krátko a možno preto ešte nepochopil a nevie sa začleniť do prírodného kolobehu života, ktorého je, či chce alebo nechce, súčasťou. O čom menej však človek chápe životné procesy prebiehajúce v pôde, o to arogantnejšie a agresívnejšie do nich zasahuje. Deje sa tak preto, že človek svojim rozumom skúma prírodu predovšetkým analytickými metódami. Analýza nám umožňuje rozoznať jednotlivé prvky, ktoré sa na skúmaných javoch podieľajú, ale zároveň nám zastiera celok (pre prvky nevidíme celok). Bez adekvátnej následnej syntézy totiž nemôžeme pochopiť väzby medzi týmito prvkami, ktoré z nich vytvárajú jednotný systém (celok). Jednostranné analytické myslenie nedoplnené syntetickým v našej myslí vytvára predstavu, že jednotlivé prvky existujú samostatne a môžeme jeden z nich vybrať, preferovať ho a ostatné potlačiť, zlikvidovať. Naši predkovia už v dávnote nepochopili (alebo v dôsledku prevahy analytického myslenia prestali chápať), že kolobeh života v pôde je jeden celok a snažili sa z neho vybrať jednu rastlinu a tú pestovať na úkor všetkých ostatných živých prvkov. Tak vzniklo monokultúrne poľnohospodárstvo založené na orebnej technológii. Oranie zbavuje pôdu humusu tým, že ničí obidva piliere prirodzenej úrodnosti: rastliny aj baktérie. Stratu úrodnosti riešili naši predkovia striedavým obrábaním pôdy alebo dodávaním humusu (resp. organického materiálu, z ktorého môže humus vzniknúť – hnoj, kompost). Modernej poľnohospodárskej veľkovýrobe však už tieto postupy nestačia a vďaka rozvoju vedy, techniky a priemyslu používa na obnovu úrodnosti priemyselne vyrábané umelé hnojivá. Sú to vo vode rozpustné chemické látky, obsahujúce niektoré živiny, ktoré ale nedokážu nahradiť humus ani v kvantite ani v kvalite živín a navyše majú fatálne dôsledky pre život na tejto planéte.

V humuse sú živiny viazané stabilne vo formách nerozpustných vo vode. Rastliny ich dokážu premeniť na rozpustné a prijať (napríklad

tým, že v symbióze s baktériami dokážu riadiť anaerobné chemické reakcie v pôde). Pri zrážkach spravidla spadne na pôdu spravidla viac vody ako je pôda schopná udržať a prebytočná voda odtečie (prítom hrá humus tiež dôležitú úlohu, pretože má špongiovitú štruktúru a dobre nasiakne vodou). Ak je v pôde humus, tak voda nerozpustí v ňom viazané živiny a v pôde existuje vedľa seba čistá voda a humus plný živín. Ak je v pôde umelé hnojivo, voda ho rozpustí a prebytočný roztok znečistí povrchové a spodné vody. Pre rastliny to má však ešte významnejší negatívny dôsledok. Rastliny okrem živín potrebujú aj čistú vodu (napr. na respiráciu pri fotosyntéze).

V tomto prípade však majú k dispozícii len roztok umelého hnojiva. Tak sú nútené prijímať nevyvážené živiny a dochádza i pri pomerne nízkych dávkach (v porovnaní s prírodnými dávkami) k prehnaniu určitou zložkou živín. Napríklad pri hnojení obilia dusíkom už pri dávkach nad 80 kg/ha dochádza k zvýšenému poliehaniu porastov. Pri prírodnom pestovaní obilia Bonfilsovou metódou je obsah dusíka v lete mnohonásobne vyšší (až 600 kg/ha) a k prehnaniu nedochádza, pretože humus zabezpečuje vyvážený príjem živín.

Nevyvážený príjem živín má však pre rastliny aj podstatne vážnejšie dôsledky ako len vyššiu poliehavosť. Vytvárajú sa riedke pletivá rastlín a rastliny sa celkovo nevyvíjajú zdravo. Takéto rastliny nie sú odolné voči škodcom a chorobám a tie ich nutne napadnú (príroda sa snaží obnoviť rovnováhu a takýchto rastlín sa zbaviť). Aby takéto rastliny, neschopné prežiť v prirodzenej konkurencii, dali nejakú úrodu, je potrebné ich prežitie zabezpečiť chemickými prostriedkami na ochranu rastlín. Sú to chemické jedy, ktoré ničia určité formy života v pôde – rastliny, hmyz, huby, baktérie. Takýmto ničením života pôdu ešte viac devastujeme a roztáčame špirálu úpadku. Pestujeme potraviny stále drahšie (stále sa zvyšujú náklady na pestovanie), stále menej zdravé a stále viac prítom znečisťujeme prírodu. Nejde však len o to, či potraviny budú lacnejšie a zdravšie. Podmienkou pre život ľudstva je život rastlín a podmienkou pre existenciu rastlín je pôda. Ak nedokážeme na Zemi udržať zdravú pôdu, nedokážeme sa na Zemi udržať ani my.

Odborníci i odborné inštitúcie hlásajú, že potrava pre ľudstvo sa nedá vypestovať bez chémie. Prítom nevedia, alebo nechcú vedieť, že to platí len v tom ich neprirodzenom orebno-chemickom monokultúrnem modeli poľnohospodárstva. Prírodnými metódami vypestujeme potraviny lacnejšie, zdravšie, bez znečisťovania prírody a pôda bude z roka na rok plodnejšia – až kým dosiahne optimálnu prirodzenú úrodnosť. Prírodné metódy podporujúce prirodzenú úrodnosť pôdy otočia špirálu úpadku na špirálu rastu.

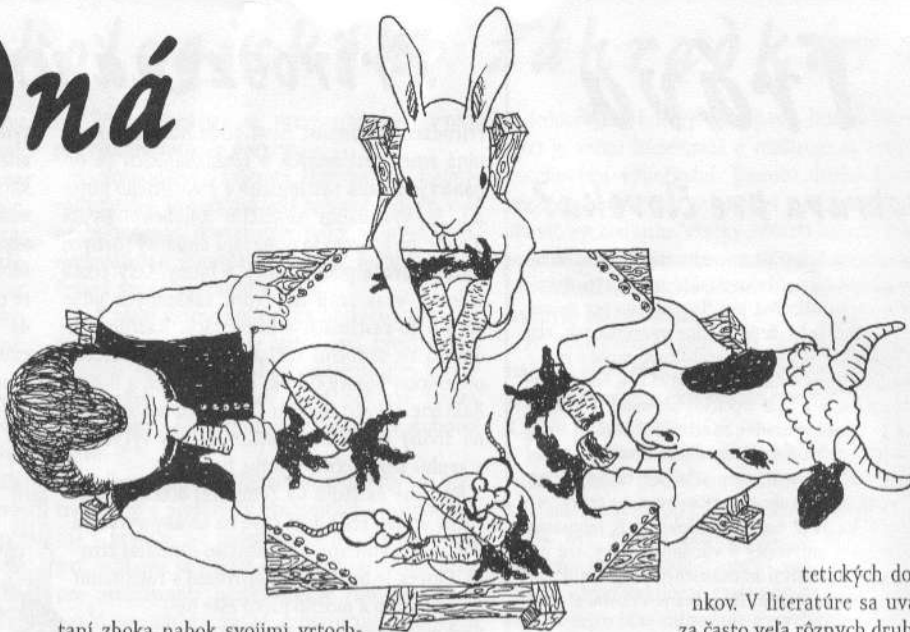
*Ivan Lobík*





# Prirodná strava

Masanobu Fukuoka



Tradičná prírodná strava sa veľmi líši od stravy väčšiny západných národov. Západná veda o výžive verí, že pokiaľ človek neskonzuje určité množstvo tukov, škrobov, bielkovín, minerálov a vitamínov za deň, nie je možná vyvážená strava a dobré zdravie. Táto viera splodila matku, ktorá napcháva „výživné“ jedlo do úst svojho dieťaťa.

Človek by sa nazdal, že západná dietetika so svojimi vypracovanými teóriami a výpočtami by nemala nikoho nechať na pochybách o správnej strave. V skutočnosti však spôsobuje viac problémov, ako rieši.

Jeden z tých problémov je, že západná veda o výžive sa vôbec nesnaží prispôbovať stravu prírodným cyklom. Výsledkom je strava izolujúca človeka od prírody.

Ďalším problémom je, že sa celkom zabúda na duchovné a citové hodnoty, aj keď potrava je priamo spojená s ľudským duchom a emóciami. Keď sa na človeka pozeráme iba ako na fyziologický objekt, nie je možné pochopiť stravu v jej celistvosti. Keď sa zbierajú čiastkové rozdrobené informácie a zmätene sa spájajú, výsledkom je nedokonalá strava odvádzajúca od prírody.

„V jedinej veci existujú všetky veci, keď však znesieme všetky veci na jednu kopu, nevznikne ani jedna vec.“ Západná veda nie je schopná pochopiť toto pravidlo Východu, môžeme skúmať a analyzovať motýľa koľko chceme, motýľa však nevytvoríme.

Je nerozumné očakávať, že sa zdravá, vyvážená strava dá dosiahnuť prisunom rozličných zložiek bez ohľadu na ročné obdobie. V porovnaní s rastlinami, ktoré zrejú v prirodzenom čase, obsahuje zelenina a ovocie vypestované mimo sezóny za neprirodzených podmienok menej minerálov a vitamínov. Nečudo, že letná zelenina pestovaná na jeseň, či v zime, nemá tú chuť a vôňu ako zelenina pestovaná pod slnkom organickými alebo prírodnými metódami.

Stravu súčasného sveta môžeme rozdeliť do štyroch hlavných kategórií:

1) Nedbalé, vyberavé stravovanie riadiace sa len chútkami. Takto stravujúci sa ľudia sú zmie-

taní zboka nabok svojimi vrtochmi a rozmarmi. Tento spôsob stravovania možno nazvať neviazaným prázdny jedlom.

2) Bežný výživársky spôsob stravovania väčšiny ľudí, ktorý je založený na biologických záveroch. Výživné jedlá, ktoré sa konzumujú, majú udržať telo pri živote. Toto stravovanie možno označiť ako materialistické, alebo vedecké.

3) Strava založená na duchovných princípoch a idealistickej filozofii. Väčšina „prírodných“ spôsobov stravovania, so svojim obmedzovaním jedál, patrí do tejto kategórie. Možno ich označiť ako stravu princípů.

4) Prírodná strava riadiaca sa vôľou nebies. Všetko intelektuálne poznanie je bokom. Túto stravu možno nazvať stravou nerozlišovania, neanalyzovania.

Ľudia na ceste k prírodnej strave najprv opúšťajú prázdne stravovanie, ktoré je prameňom nespočetných chorôb. Potom, keď sa zbavili ilúzií o vedeckej diéte, ktorá sa pokúša udržovať len biologický život, pokračujú mnohí ďalej k strave princípů. Nakoniec, keď aj tento spôsob prekonajú, prichádzajú k nerozlišujúcej strave prírodného človeka.

Prírodná strava je možná, keď strava, telo, srdce a myseľ sú v dokonalej jednote s prírodou. Telo sa drží svojho inštinktu – je, keď mu chutí a neje, keď mu nechutí. Vtedy je slobodné.

Nie je možné predpisovať pravidlá a zložky prírodnej stravy. Určuje sa sama podľa miestnych podmienok, potrieb a telesnej konštrukcie každého človeka.

Choroba prichádza, keď sa človek oddelí od prírody. Závažnosť ochorenia je priamo úmerná stupňu tohoto odcudzenia. Ak sa chorá osoba vráti do zdravého prostredia, choroba často zmizne. Keď odcudzenie sa prírode došlo až do extrém, počet chorých sa zvyšuje. Potom silne túžba po návrate k prírode. Pri hľadaní stratejnej cesty späť k prírode však nie je jasné, čo vlastne je tá príroda, a tak snaha vyjde často nazmar.

Keď nazriete do „obchodov so zdravými potravinami“ v súčasnosti, nájdete tam čuderný zmes čerstvých i balených potravín, vitamínov a die-

tetických doplnkov. V literatúre sa uvádza často veľa rôznych druhov

výživy ako „prírodných“ a zdraviu najviac prospešných: jeden hovorí, že je zdravé variť potraviny spoločne, druhý že potraviny varené spoločne sú iba ak na chorobu. Ak je tu niekto, kto sa vyhýba ovociu, pretože je jinové a hodí sa iba ak pre opice, určite sa hneď nájde iný, čo tvrdí, že ovocie a zelenina sú tými najlepšimi potravinami pre udržanie dlhovekosti a dobrej nálady.

Za určitých okolností a v určitom čase môžu byť všetky z týchto názorov správne – a ľudia sú z toho zmätení. Alebo lepšie povedané: zmäteneho človeka pomýlia tieto teórie ešte viac.

Príroda je v neustálej zmene, mení sa z okamihu na okamih. Ľudia nemôžu zachytiť skutočnú podobu prírody: tvár prírody je nepoznateľná. Pokúšať sa zachytiť nepoznateľné do teórií a doktrín je ako chytať vietor do sieťky na motýle.

Čo tým chceme povedať? Nejedzte hlavou, teda zbavte sa analytickej mysle. Pre človeka má základný význam vyvinúť v sebe citlivosť, ktorá mu sama pomôže vybrať si jedlo. Lepšie ako štúdium filozofických teórií o dosiahnutí pochopenia jedla je dospieť k teórii na základe svojej každodennej stravy.

Lekári sa starajú o chorých, o zdravých sa stará príroda. Človek by nemal ochoreť a až potom sa vnárať do prírodnej stravy, ale mal by žiť v prirodzenom prostredí, aby neochorel. Mladí ľudia, ktorí prichádzajú sem hore do chatiek, žijú jednoduchým životom, jedia prírodnú stravu, robia prírodné farmárstvo – a uvedomujú si konečný cieľ človeka. Vybrali si život v súlade s ním, tým najpriamejším, najbezprostrednejším spôsobom.

Pokiaľ sa ľudia nestanú prírodnými, nebude ani prírodné poľnohospodárstvo, ani prírodná strava. V jednej z chatiek na kopci som napísal na borovicovú dosku nad kozub: „Správna strava, správne konanie, správne uvedomenie.“ Tieto tri veci od seba nemožno oddeliť. Ak jedna chýba, nemožno uskutočniť žiadnu zmenu. Ak sa uskutoční jedna, uskutočnia sa všetky.

Z knihy *Revolúcia jednej slámky*





### Zaježová – program akcií na rok 2002

#### 10.-12.5 – Bylinky

Prechádzky po lúčach, poznávanie liečiviek, výklad odborníka o výrobe bylinných čajov, zmesí, tinktúr a homeopatií. Akcia sa koná na Sekieri, strava a bývanie: 150,- Sk

#### 14.-16.6, 10.-14.7, 13.-15.9 – Hrnčiarstvo

Základy točenia na kruhu, modelovania z hlíny, glazúrovanie a vypalovanie pod dohľadom lektorov. Akcia sa koná na Polomoch. V júni a septembri je poplatok 275,-, v júli 550,- Sk

#### 7.-9.6 – Stavanie z hlíny a slamy

Použitie hlíny a slamy pri dokončovaní malého domčeka, skúšanie rôznych pracovných postupov (hlinené omietky, tehly, steny zo slamy), diskusia. Akcia bude na Sekieri, strava a bývanie: 150,-

#### 1.7. – 7.7. – Až na konci sveta

Priestor pre tých, ktorí chcú aspoň na týždeň pobudnúť na lazoch. Zaujímavá práca (omietanie domu hlinou, kosenie a sušenie sena, práca v biozáhrade...), zábava (hry, bubnovačky, tančovačky), remeslá (hrnčiarstvo, textilné techniky, výrobky z dreva, vlny...) a stretnutia a rozhovory so zaujímavými ľuďmi. Akcia bude na Polomoch. Lektori, strava a ubytovanie budú stáť 500,- Sk. Vítané sú aj rodiny s deťmi (za deti sa nemusí platiť).

#### 9.-11.8. – Stretnutie rodičov na lazoch

O hľadani harmonického života rodiny s deťmi najmä na vidieku, výmena praktických skúseností, detské hry... Akcia je na Sekieri, strava a ubytovanie 150,- Sk (za deti sa neplatí).

Okrem uvedených akcií sa na Zaježovej konajú tradičné víkendovky v recyklačnom stredisku a rôzne brigády, na ktorých sa môžete zúčastniť a pomôcť. Na všetky horeuvedené akcie je vhodné prihlásiť sa vopred.

Zaježová je malebná laznická oblasť juhovýchodne od Zvolena. Sekier a Polomy sú názvy miestnych usadlostí – bývalých gazdovstiev prispôbených na krátkodobé pobyty menších skupín nenáročných ľudí. Sekier je možné po predchádzajúcej dohode navštíviť aj mimo uvedených akcií, Polomy si možno za výhodných podmienok prenajať na užitocné akcie.

Viac informácií získate na adrese:  
PHŽ, Zaježová 132, Pliešovce 962 63,  
0904 659 386, 0903 882 292,  
e-mail: zajezova@szm.sk

### Zväz bio-poľnohospodárov Ekotrend Myjava

Ekotrend ponúka rôzne služby – predaj biologicky vypestovaných potravín a čajov, informácie o bio-farmároch na Slovensku, poradenstvo pre začínajúcich hospodárov, vytváranie distribučnej siete organicky pestovaných plodín atď. Zväz vydáva informačných spravodaj a prevádzkuje internetovú stránku s informáciami o bio-poľnohospodárstve.

Kontakt: Ekotrend, M. R. Štefánika 517,  
907 01 Myjava, tel/fax: 034-6216037  
e-mail: ekomy@ecotrend.sk, web: www.ecotrend.sk

### Vlci pokračujú v kupovaní lesov

8. februára 2002 bolo vyzbieraných potrebných 3,2 milióna korún na odkúpenie a záchranu prirodzeného leša v Čergovskom pohorí. Zbierka však pokračuje ďalej s cieľom odkúpiť ďalší les a rozšíriť tak oblasť, kde bude môcť lesné spoločenstvo žiť bez hrozby ničivých zásahov zo strany človeka.

Viac informácií: LZ VLK, 082 13 Tulčák 27,  
tel./fax 051-7789 488, e-mail: alfa@wolf.sk,  
www.wolf.sk



### Sad Livia

Sad Livia v Koliňanoch pri Nitre je prvým certifikovaným sadom na Slovensku, ktorý produkuje biologicky vypestované jablká a iné druhy ovocia. V sade sa realizujú rôzne prvky prírodného dizajnu, architektúry a hospodárenia, je možné ho navštíviť, ľudia so vzťahom k prírodnému záhradníčeniu, ovocinárčeniu a vôbec prirodzenému žitiu sú vítaní na sezónnych brigádnických prácach.

Viac informácií: Sad Livia,  
Hornozoborská 104, 949 01 Nitra,  
tel.: 037 6316 236, mail: sadlivia@bioproduct.sk

### Čajovňa Biela Ľalia

Nová Čajovňa nazvaná Biela Ľalia funguje v Bratislave – Trnávke. Okrem bohatej ponuky čajov a rôznych čajových doplnkov, ponúka aj predaj organicky pestovaných plodín (zemiaky, cesnak, jablká atď.), výrobkov racionálnej výživy, čítareň a predaj časopisov (okrem iného v nej kúpite aj Kruh života, Žanž, Fénix...). V čajovni sa tiež konajú prednášky, meditácie, hudobné posedenia.

Čajovňa Biela Ľalia nájdete v Kultúrnom dome  
CULTUS, na Nevädzovej ulici v Bratislave.

### Vegánska kuchárka

Vyšla prvá vegánska kuchárka, plná praktických rád ako pripravovať chutné a zdravé jedlá bez živočíšnych prísad. Nájdete v nej úvod vysvetľujúci etické a ekologické výhody vegánstva, praktické návody, ako postupovať pri príprave rastlinnej stravy, viac ako 200 receptov prehľadne rozdelených do kapitol ako – polievky, hlavné jedlá, predjedlá, kaše, zdravé sladkosti, jedlá z tofu atď. Kniha má 130 strán a za 99,- si ju môžete objednať na adrese:

Ži a nechaj žiť, Mlynské Nivy 41,  
821 09 Bratislava, mail@zanz.sk, 02/55422176

### Nota Bene

Pouličný časopis, ktorého cieľom je pomôcť ľuďom bez domova a v sociálnej núdzi. Obsahuje rozhovory so známymi osobnosťami, články o sociálnych a ekologických problémoch, o kultúre, poviedky, úvahy, básne, cestopisy, reportáže. Dostať ho možno na uliciach Bratislavy od jeho predajcov, pracuje sa na rozšírení aj do ďalších miest Slovenska. Kúpou Nota Bene podporíte ľudí v núdzi.

### Výchova ku globálnej zodpovednosti

Živica je občianske združenie, ktoré sa zaoberá výchovou na rôznych stupňoch škôl. Hlavná idea pri jeho činnosti je obsiahnutá v citáte: „Pri našej pedagogickej činnosti vychádzame z presvedčenia, že riešenie ekologickej krízy nespočíva len vo vytvorení nových technológií alebo v systémových opatreniach. Je potrebná zmena spôsobu myslenia a prehĺbenie pocitu globálnej zodpovednosti. A to nie je možné bez určitej úcty k vyššiemu princípu, ktorý presahuje jedinca.“ Ak sa chcete dozvedieť viac o konkrétnej činnosti zos-

kupenia, akciách ako Deň Zeme, Deň Nenakupovania alebo Environmental Party, tu je kontakt:

Živica, Pražská 11, 816 36 Bratislava,  
Tel./Fax: 02/52493316, Mobil: 0905/990974,  
E-mail: zivica@changenet.sk, www.zivica.sk

### Predaj típi

Spoločnosť Zrnčín ponúka típi rôznych veľkostí, vyrobené z prírodných materiálov s použitím tradičných postupov výroby. Cena jedného típi sa podľa veľkosti a použitého materiálu pohybuje od 8 000,- do 13 000,- korún českých. V ponuke sú tiež bubienky, bubny, didgeridoo a rôzne indianske doplnky.

Kontakt: Martin Synák, Zrnčín 6,  
570 01 Litomyšľ, ČR, tel.: 0464/638329

### Zelená distribúcia

Najväčšiu ponuku kníh, časopisov, brožúrok, letákov a iných materiálov zameraných na prirodzený život, vegetariánstvo, vegánstvo, permakultúru, bio-záhradkárčenie, radikálne ekologické hnutie, alternatívne komunity a spoločenstvá, boj za práva zvierat a mnoho ďalších „zelených“ tém nájdete na adrese Zelené distribúcie. Objednávať je možné aj zo Slovenska.

Viac informácií a kontakt: Zelená distribúcia, P. O. Box  
22, 544 01 Dvůr Králové n. Labem, ČR  
(+42) 0608 – 378 478,  
e-mail: zelena.distribuce@quick.cz

### Bratislavská LETS skupina Svojopomoc

V októbri minulého roka vznikla LETS skupina pre Bratislavu a blízke okolie. Členovia si vzájomne poskytujú služby a výrobky v rámci nepeňažnej výmeny. Hľadáme ďalších záujemcov.

Viac informácií: Robert Zelník, Kominárska 6,  
831 04 Bratislava, e-mail: zelnik@mail.viapvt.sk,  
www.lets.sk/svojopomoc, tel.: 02/555 736 40

### Zelená príloha Fénixu

Časopis Fénix začal vydávať špecializovanú prílohu zameranú na zdravý spôsob života, hľadanie ciest k prírode, ekologické pestovanie potravín, stravovanie, liečenie, bývanie atď. Hľadajte vo vybraných novinových stánkoch a v čajovniach.

### Časopis ŽANŽ

Vyšli štyri čísla časopisu ŽANŽ, ktoré si stále možno objednať na adrese združenia Ži a nechaj žiť.

#### Z obsahu:

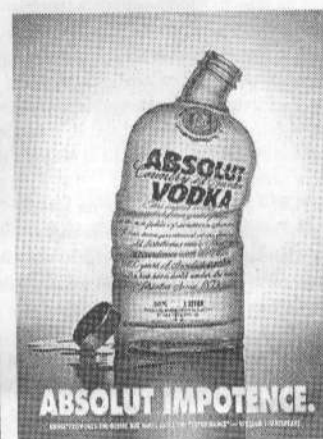
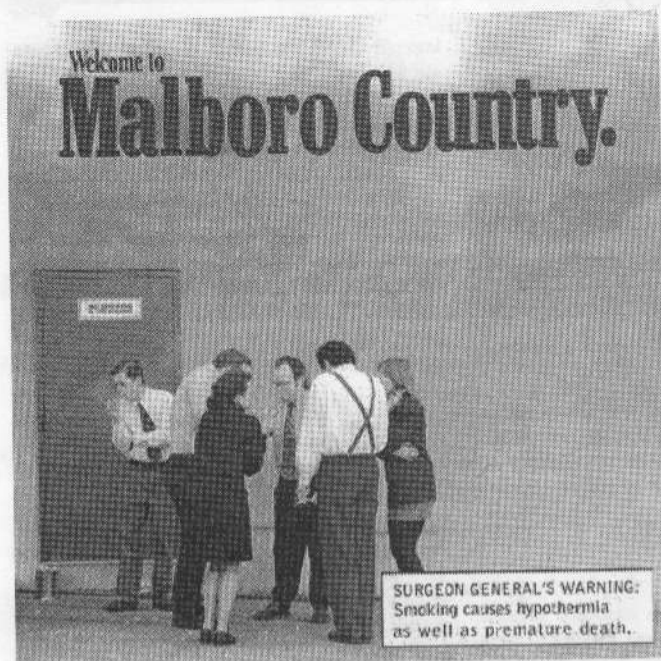
ŽANŽ č. 1 – Väzni svedomia v USA. Milióny dôvodov prečo byť vegán, Zaježovský lazník v Bratislave, Dobrovoľná skromnosť, Príbeh z Ladaku, Squatting v Bratislave, Jedlo namiesto zbraní, Príloha: Tretí svet – Život na úkor ľudí v krajinách tretieho sveta.

ŽANŽ č. 2 – Prirodzená strava, rozhovor s MUDr. Ferdinandom Bártom, Vyhnite sa hypermarketom, Aktivita jednotlivca, Klimatické zmeny, Deň Nenakupovania, Príloha – Trvalá udržateľnosť – Cesta, po ktorej dnes kráča ľudstvo, nie je trvalo udržateľná

ŽANŽ č. 3 – Food Not Bombs v USA, Radikálna ekológia, Poľnohospodárstvo a ničenie Zeme, Lokalizácia, Cesta Joža Kratochvílu zo Sečoviec, Žiť v súlade so Zemou v mestách, Príloha – Technológia, Ľudia a Zem – Pohltí nás technológia?

ŽANŽ č. 4 – Svet v novej vojne, Občianska neposlušnosť, Gándhi – bojovník za pravdu, Dobrovoľná skromnosť v meste, Tri roky na surovej strave, Život v treťom svete, Príloha – Návrat k prírode – Môžeme sa vrátiť k Zemi?

Objednávky na adrese: Ži a nechaj žiť,  
Mlynské Nivy 41, 821 09 Bratislava, mail@zanz.sk,  
02/55422176



Takéto aj ďalšie antireklamy nájdete na stránkach  
[www.adbusters.org](http://www.adbusters.org)  
[hap.host.sk](http://hap.host.sk)

## KRUH ŽIVOTA

Ušiakova 2  
 841 01 Bratislava

R. a. Z.

